மகளிர் முன்னேற்றத்தில் அவள் விகடன் இதழின் பங்களிப்பு

லொ.ஆ. உமாமஹேஸ்வரி



உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம்

INTERNATIONAL INSTITUTE OF TAMIL STUDIES

மகளிர் முன்னேற்றத்தில் 'அவள் விகடன்' இதழின் பங்களிப்பு

முனைவர் லொ.ஆ. உமாமகேஸ்வரி



உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம்
INTERNATIONAL INSTITUTE OF TAMIL STUDIES
இரண்டாம் முதன்மைச் சாலை
மையத் தொழில்நுட்பப் பயிலக வளாகம்
தரமணி, சென்னை - 600 113

பெரியார் ஈ.வெ.ரா. மணியம்மை அறக்கட்டளைச் சொற்பொழிவு
(அறக்கட்டளை நிறுவியவர்: பெரியார் ஈ.வெ.ரா. மகளிர் அணி)

வரிசை எண் : 2

BIBLIOGRAPHICAL DATA

Title of the Book	:	Makaḷir munṉēṟṟattil "avaḷ vikaṭaṉ" itaḻin paṅkaḷippu
Author	:	Dr. L.A. Uma Maheswari Lecturer Bharathi Women Arts College Chennai
General Editor	:	Dr. S. Nirmala Devi Senior Research Fellow International Institute of Tamil Studies Tharamani, Chennai-600 113.
Publisher & ©	:	International Institute of Tamil Studies II Main Road, C.I.T. Campus, Tharamani, Chennai-600 113. Ph: 044-22542992
Publication No.	:	615
Language	:	Tamil
Edition	:	First
Year of Publication	:	2008
Paper Used	:	18.6 Kg TNPL Maplitho
Size of the Book	:	1/8 Demy
Printing type used	:	10 Point
No. of Pages	:	viii + 104
No. of Copies	:	1200
Price	:	Rs.35/- (Rupees Thirty Five Only)
Printed by	:	United Bind Graphics 189-D, Royapettah High Road Mylapore, Chennai - 600 004
Subject	:	Feminic Journalism

பேரா. முனைவர் கரு. அழ. குணசேகரன்
இயக்குநர்
உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம்
சென்னை-600 113

அணிந்துரை

தற்காலத் தமிழ் இலக்கியங்கள் பலவற்றிலும் பெண்ணியம் குறித்த பதிவுகள் ஏற்பட்டு வருகின்றன. இதில் இதழ்களின் பங்களிப்பும் கணிசமாக உள்ளது.

பெண்களின் முன்னேற்றத்திற்குப் பல கவிஞர்களும், சமூகச் சீர்திருத்தவாதிகளும், இதழாசிரியர்களும் தம்மாலான பங்களிப்புகளைச் செய்து வந்துள்ளனர். மகாகவி பாரதியாரும், பெரியாரும் இவர்களில் குறிப்பிடத்தக்கவர்கள் ஆவர். இந்நிலையில் 'அவள் விகடன்' இதழும் மகளிர் ஏற்றத்திற்கும் சிறந்த பங்களிப்பைச் செய்துள்ளது குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

இத்தகு பங்களிப்பைக் கோர்வையாக, எச் செய்தியும் விடுபடாது, அனைத்துத் தரப்புப் பெண்களுக்கும் பயன்படும் வகையில் ஒரு சொற்பொழிவு நூலை இந்நூலாசிரியர் பேராசிரியை லொ.ஆ. உமாமஹேஸ்வரி அவர்கள் இங்கே உருவாக்கியிருக்கிறார்கள்.

பெரியார்-மணியம்மையார் பெயரில் உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனத்தில் நிறுவப் பெற்றுள்ள அறக்கட்டளையின் கொள்கைக் கேற்ப இந்நூலாசிரியர் பெரியாரின் மகளிர் தொண்டுபற்றித் தன்னுரையில் கீழ்க்காணுமாறு குறிப்பிடுகின்றார்.

> பொதுவாகவே, பொருளாதாரச் சுதந்திரம் பெண்களின் மீட்சிக்கு வழிவகுக்கும்; பெண்கள் ஆண்களைச் சார்ந்து தான் வாழ வேண்டும் என்ற அமைப்பையே மாற்றும்; பெண்ணை அவள் விரும்பிய வரையிலும் படிக்கவைத்து வேலையில் அமர்த்த வேண்டும். தன் துணையைத் தானே தேடிக் கொள்ள அனுமதிக்க வேண்டும். இல்லையேல் அவளது பணியிலேயே அவளை விட்டுவிட வேண்டும் என்றெல்லாம் வலியுறுத்திக் கூறிய பெண்ணிய வாதி பெரியார். எனவே பெரியார்-மணியம்மை அறக்கட்டளைச் சொற்பொழிவில் 'பெண் முன்னேற்றம்'

குறித்த கருத்துக்கள் இடம் பெறுவது சிறப்பு எனக் கருதியே இத்தலைப்பினைத் தேர்ந்தெடுத்துள்ளேன்.

என்கிறார் இந்நூலாசிரியை.

மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கு எவ்வாறெல்லாம் பங்களிப்பை இந்த இதழ் செய்துள்ளது என்பதை இப்பொழிவாளர் மிகவும் நுட்பமாக, சான்றுகளுடன் ஆராய்ந்துள்ளது பாராட்டத்தக்கது. பின்னிணைப்புகள் மிகவும் பயனுள்ளவை.

பெரியார்-மணியம்மையார் பெயரில் அறக்கட்டளையை நிறுவிய பெரியார் மகளிர் அணியினரைப் பாராட்டுகிறேன்.

இந்நிறுவன வளர்ச்சிக்கு ஆக்கமும் ஊக்கமும் அளித்து வருவதோடு தம் தனிப்பட்ட அக்கறையையும் காட்டிவரும் **நிறுவனத் தலைவரும் தமிழக அரசின் முதல்வருமான மாண்புமிகு டாக்டர் கலைஞர்** அவர்களுக்குத் தமிழுலகம் என்றும் நன்றிக்கடன்பட்டுள்ளது.

தமிழ்ப்பணிகளுக்கு ஆற்றுப்படுத்தி வரும் **மாண்புமிகு தமிழக நிதியமைச்சர் பேராசிரியர் க. அன்பழகன்** அவர்களுக்கு எம் நன்றி என்றும் உரியது.

நிறுவனச் செயல்பாட்டுக்கு உறுதுணையாக இருந்துவரும் **தமிழ் வளர்ச்சி, அறநிலையம், செய்தி மற்றும் விளம்பரத் துறை அரசுச் செயலாளர் திரு க. முத்துசாமி இ.ஆ.ப.** அவர்களுக்கும் நன்றி.

இச்சொற்பொழிவு மற்றும் நூல் வெளியீடு தொடர்பான அனைத்து ஏற்பாடுகளையும் செய்த நிறுவனப் பணியாளர்கள், இந்த அறக்கட்டளைச் சொற்பொழிவின் எழுத்துருவையும் மெய்ப்பையும் திருத்திப் பதிப்புச் செய்த முனைவர் ஆ. தசரதன் மற்றும் எழுத்துருவை இந்நிறுவனத்தில் ஒளிவடிவமைப்புச் செய்த திருமதி பா.கௌசல்யா ஆகியோருக்கும், இந்நூலை அழகுற அச்சிட்டுத் தந்த யுனைடெட் பைண்ட் கிராபிக்ஸ் அச்சகத்தாருக்கும் பாராட்டுகள்.

இயக்குநர்

ஆசிரியரைப் பற்றி.....



முனைவர் லெ.ஆ. உமாமஹேஸ்வரி கோவை மாவட்டத்தில் பிறந்தவர். தந்தையின் பணி காரணமாகப் பல்வேறிடங்களில் பள்ளிக் கல்வியினைப் பெற்றவர். விருதுநகர் மாவட்டத்திலுள்ள வி.வி. வன்னியப் பெருமாள் மகளிர் கல்லூரியில் இளங்கலை வேதியியல் பட்டம் பெற்றவர். திருமணத்திற்குப்பின், சங்க இலக்கியம் படிக்கும் வாய்ப்பினைப் பெற, தமிழின் மீது ஏற்பட்ட ஆழ்ந்த பற்றுக் காரணமாக மதுரை காமராசர் பல்கலைக் கழகத்தில் முதுகலைத் தமிழ் பயின்று, பின்னர் இறைவனின் நல்லருளாலும் சிறந்த பேராசிரியப் பெருமக்களின் வழிகாட்டுதலாலும் உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனத்தில் ‘சௌராட்டிரர் பண்பாடு’ எனும் தலைப்பில் ஆய்வு செய்து முனைவர் பட்டம் பெற்றவர். அதனையொட்டி, சௌராட்டிரர் பண்பாட்டு அடிப்படையிலான கட்டுரைகளை மானிடவியல், நாட்டுப்புறவியல், சமூகவியல் நோக்கில் எழுதிப் பல்வேறு கருத்தரங்குகளில் அளித்துள்ளார். மேலும் அறிவியல் நோக்கில் சங்க இலக்கியப் பாடல்களை ஆராய்ந்து கட்டுரைகளை எழுதியுள்ளார். உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம் நடத்திய திங்கள் தொடர் கருத்தரங்கிலும், சாகித்திய அக்காதெமி நடத்திய கவிதைக் கருத்தரங்கிலும் பங்கேற்றுள்ளார். கடந்த ஒன்பது ஆண்டுகளாகச் சென்னை, டாக்டர் எம்.ஜி.ஆர். ஜானகி மகளிர் கல்லூரியில் விரிவுரையாளராகப் பணியாற்றி, தற்பொழுது சென்னை, பாரதி மகளிர் கல்லூரியில் (அரசு) பணியாற்றி வருகின்றார்.

பொருளடக்கம்

நூன்முகமாக என்னுரை

பெண்மைக்கு முழுமையான, முதன்மைக் குரல் கொடுத்தவர் பெரியார். இந்தியநாட்டில் பெரும்பாலும் வேறு எங்கும் இல்லாததும் மனிதத் தன்மைக்கும் நியாயத்திற்கும் பகுத்தறிவிற்கும் ஒவ்வாததுமான கொடுமைகள் பல இருந்து வந்தாலும் அவற்றுள் அவசரமாய்த் தீர்க்கப்பட வேண்டியதும், ஒழிக்கப்படவேண்டியதும் ஆன கொடுமைகள் இரண்டு. முதலாவது தீண்டாமை, இரண்டாவது பெண்ணடிமைக் கொடுமை என்கிறார் பெரியார். பெண்போகப் பொருளல்ல; கற்பு என்பது பெண்களுக்கு மாத்திரம் வற்புறுத்தப்பட்டதேன்? என வினா எழுப்பும் பெரியார், மறுமணம், சொத்துரிமை, கருத்தடை எனப்பெண்களுக்காகப் பல நிலைகளிலும் வாதாடியவர். பொதுவாகவே, பொருளாதாரச் சுதந்திரம் பெண்களின் மீட்சிக்கு வழிவகுக்கும்; பெண்கள் ஆண்களைச் சார்ந்து தான் வாழ வேண்டும் என்ற அமைப்பையே மாற்றும்; பெண்ணை அவள் விரும்பிய வரையிலும் படிக்கவைத்து வேலையில் அமர்த்த வேண்டும். தன் துணையைத் தானே தேடிக் கொள்ள அனுமதிக்க வேண்டும். இல்லையேல் அவளது பணியிலேயே அவளை விட்டுவிட வேண்டும் என்றெல்லாம் வலியுறுத்திக் கூறிய பெண்ணிய வாதி பெரியார். எனவே பெரியார்-மணியம்மை அறக்கட்டளைச் சொற்பொழிவில் 'பெண் முன்னேற்றம்' குறித்த கருத்துக்கள் இடம் பெறுவது சிறப்பு எனக் கருதியே இத்தலைப்பினைத் தேர்ந்தெடுத்துள்ளேன்.

பெண்விடுதலைச் சிந்தனை குறித்துப் பெண்ணியவாதிகளும், படைப்பிலக்கியங்களும் பேசிக் கொண்டேதான் உள்ளனர். எனினும் 'இதழ்கள்' எனும் ஊடகம் எளிதில் மக்களிடம் ஊடுருவக் கூடியவை. படித்தவரும், பாமரரும் நாளிதழ்கள், மாத இதழ்களைப் படிப்பதில் ஆர்வம் காட்டுகின்றனர். "மகளிர் இதழ்கள்" பெண்களிடம் பெரும் வரவேற்பினைப் பெற்றுள்ளன. பொழுது போக்கிற்காக மட்டும் 'இதழ்கள்' என இருந்துவிடாமல் அதையும் தாண்டி, சமூக நோக்கில், பெண்களுக்குப் பயன்படும் வகையில் மகளிர் இதழ்கள் பணியாற்றுகின்றனவா? என ஆராய வேண்டும் எனும் போக்கிலேயே 'அவள் விகடன்' எனும் மகளிர் இதழினை ஆய்விற்கு எடுத்துக் கொண்டேன். எனவே, பல்வேறு வழிகளில் 'அவள்' மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கு அளித்துள்ள பங்களிப்பினை இந்நூல் எடுத்துக்காட்டுவதாக அமைந்துள்ளது.

நன்றியுரை

உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனத்தில் நிறுவப் பெற்றுள்ள பெரியார்-மணியம்மை அறக்கட்டளையின் சிறப்புப் பொழிவினை நிகழ்த்துவதற்கு வாய்ப்பளித்த முன்னாள் நிறுவன இயக்குநர் (பொறுப்பு) முனைவர் ம. இராசேந்திரன் அவர்களுக்கு முதற்கண் என்நன்றியை உரித்தாக்குகின்றேன்.

ஆண்டுதோறும் நடத்தும் பல்வேறு கருத்தரங்குகள்வழி, தமிழ் ஆய்வுலகிற்குப் பெரும்பணியினை ஆற்றிக் கொண்டிருக்கும் இந்நிறுவனம், என்னையும் ஒரு பொருட்டாகக் கருதி, அறக்கட்டளைச் சொற்பொழிவினை நிகழ்த்த வாய்ப்பளித்துள்ளது. இப்பொழிவு நிகழ்வின் பொழுதே, நூலினை வெளியிடுவது மற்றொரு சிறப்பம்சம். வளரும் நிலையில் உள்ள என்னைப் போன்ற ஆய்வாளருக்கு இப்பெரும்பேற்றினை அளித்துள்ள இயக்குநர் பேரா. முனைவர் கரு.அழ. குணசேரகன் அவர்களுக்கு மனமார்ந்த நன்றியினை உரித்தாக்குகின்றேன்.

சிறந்த தலைப்பு; இனி வரும் ஆய்வாளருக்கு முன்னோடியாக உங்கள் நூல் அமைந்திட வேண்டும் என ஊக்கமளித்து, இவ்வாறு செய்தால் நூல் சிறப்பாக அமையும் என அறிவுரை அளித்துதவிய பெரியார்-மணியம்மை அறக்கட்டளைச் சொற்பொழிவுப் பொறுப்பாசிரியர் முனைவர் சூ. நிர்மலாதேவி அவர்களுக்கு என் நன்றியுரித்து.

ஆய்வுலகிற்கு என்னை அறிமுகப்படுத்தி, நுணுக்கமான ஆய்வுகளை மேற்கொள்ளும் வழிமுறைகளை எடுத்துரைத்து என்னைச் செப்பனிட்ட பேராசிரியப் பெருமக்களான முனைவர் அன்னிதாமசு, முனைவர் ந. கடிகாசலம், முனைவர் ச. சிவகாமி ஆகியோரையும் இச்சமயத்தில் நன்றியுடன் நினைவு கூரக் கடமைப்பட்டுள்ளேன்.

என் ஆய்விற்கு என்றும் உறுதுணையாக இருந்து உதவி, ஊக்கமளித்துக் கொண்டிருப்பவர் என் கணவர் டாக்டர் இராசாராம். பொறியியலில் முனைவர் பட்டம் பெற்றிருப்பினும் தமிழ் ஆய்வில் நான் ஈடுபட வேண்டும் என்பதில் பேரார்வம் செலுத்தி வருபவர். அவருக்கும், எனக்குப் பக்க துணையாக உதவி வரும் எனதன்புப் புதல்வியர் வைஷ்ணவி, மதுப்பிரீதா ஆகியோருக்கும் என் நன்றி.

வொ. ஆ. உமாமஹேஸ்வரி

முன்னுரை

ஊடக வளர்ச்சியும், இணையத்தள வளர்ச்சியும் பெரு வியப்பிற்குரிய மாற்றத்தினை மக்களிடம் ஏற்படுத்தி வருகின்றன. தகவல் தொழில் நுட்பத்தின் அசுர வளர்ச்சி, பன்னாட்டு நிறுவனங்களின் ஆளுமை போன்றன மக்களின் போக்கில் குறிப்பிடத்தக்க மாற்றத்தினை விளைவித்துள்ளன. 21ஆம் நூற்றாண்டு இன்றைய தலைமுறையினரிடையே மிகப்பெரிய பண்பாட்டு மாற்றத்தினை உருவாக்கியுள்ளது எனில் மிகையில்லை. ஆடவரும், மகளிரும் இரவு நேரப் பணிகளுக்குச் செல்வது காலத்தின் கட்டாயமாகியுள்ளது. மருத்துவம், பொறியியல், தகவல் தொழில்நுட்பம் என பலத் துறைகளில் தமது முத்திரையினைப் பதித்துவரும் மகளிர் எண்ணிக்கை கூடியுள்ளது. இருப்பினும் மகளிர் நிலையில் மாற்றம் ஏதேனும் உருவாகியுள்ளதா? மகளிர் இரட்டைச் சுமையினைச் சுமக்க வேண்டிய நிலையில் 'பெண்ணியம்' பேசுதல் எந்த அளவிற்கு நடைமுறையில் பயன் உள்ளதாக அமைகின்றது என்ற இவை ஒரு புறம் இருக்கும் வினாக்கள்.

இளைய தலைமுறையினர் தமது பணிகளில் முழுவதுமாக மூழ்கிப் போக 40, 50 - வயதுகளில் உள்ள மகளிரின் நிலை என்ன? பணிக்குச் செல்வோர் தவிர, பிற மகளிர் தொலைக்காட்சித் தொடர்களில் மூழ்கித் தங்களைத் தொலைத்துக் கொண்டுள்ளனரா? அல்லது அவர்களிலும் சிலர் தங்கள் வாழ்க்கையைப் புதிய பரிமாணத்தில் நோக்குகின்றனரா? எனும் வினா இரண்டாவதாக எழுகின்றது. வயது முதிர்ந்தோர் நிலை இன்னமும் கேள்விக்குரியதாகிறது. தம் செல்வங்கள் வெளிநாட்டில் செல்வத்தைத் தேட, இங்குச் செய்வதறியாது தனிமைத் துயரில் தம் வாழ்நாட்களை எண்ணிக் கொண்டிருக்கும் முதிய மகளிர் நிலை என்ன? மூன்று தலைமுறை மகளிரின் சிக்கல்களை மகளிர் இதழ்கள் நோக்குகின்றனவா? அப்படியெனில் மகளிர் இதழ்கள், இம்மகளிருக்கு எந்த விதமான பங்களிப்பினைச் செய்கின்றன? மகளிரை எந்தெந்தக் கோணங்களில் அணுகி, அவர்களின் செயற்பாடுகளை இதழ்கள் வெளிப்படுத்துகின்றன? அவர்களின் முன்னேற்றத்திற்கு எந்த வகையிலாவது உதவுகின்றனவா? எனப் பல வினாக்களுக்கு விடை தேடும் முயற்சியாக இந்நூல் அமைகின்றது.

கிட்டத்தட்ட 124 ஆண்டுகளாகப் பல்வேறு மகளிர் இதழ்கள் வெளிவந்து கொண்டிருக்கின்றன. காலந்தோறும் மகளிர் சிக்கல்களையும், முன்னேற்றத்திற்கான வழிமுறைகளையும் இவ்இதழ்கள் வெளிப்படுத்திக் கொண்டேதான் இருக்கின்றன. ஆனால், இன்றைய காலக் கட்டம் இதழ்களுக்கு ஒரு சவாலாக அமைந்துள்ளது. பொதுவாக, நூல்களைப் படிக்கும் மரபு அருகி வரும் இன்றைய நாளில் இளைய தலைமுறையினரைப் படிக்க வைப்பது இதழ்களின் முதல் கடமையாகிறது. எனவே, இன்றைய மகளிர் இதழ்கள் எந்தவிதமான உத்திகளைக் கடைப்பிடிக்கின்றன? இளம்பெண்கள் முன்னேற்றமடைய என்ன செய்கின்றன? என்பதையும் உய்த்தறிய வேண்டியுள்ளது. மகளிர் இதழ்கள் பல இருப்பினும் குறிப்பாக ஓர் இதழில் பார்வையினைச் செலுத்தும் பொழுது ஆய்வு சிறக்கும்; நூலினைப் படிப்போர்க்கு, குறிப்பிட்ட இதழ் குறித்த முழுமையான கண்ணோட்டம் கிட்டும் எனும் எண்ணத்தில் 'அவள் விகடன்' இதழ் மகளிர் முன்னேற்றத்தில் ஆற்றி வரும் பங்களிப்பினை மட்டும் ஆய்வு செய்வதாக இந்நூல் அமைகின்றது.

"ஒரு பானைச் சோற்றுக்கு ஒரு சோறு பதம்" என்பதற்கொப்ப, ஜூன் 2005 முதல் டிசம்பர் 2006 வரையிலான 36 இதழ்கள் மட்டும் ஆய்விற்கு எடுத்துக்கொள்ளப்பட்டுள்ளன. இவ்இதழ்கள் வழி 'அவள்' மகளிர் முன்னேற்றத்தில் ஆற்றி வரும் பங்களிப்பு வெளிக் கொணரப் படுகின்றது.

'பெண்ணியம்' எனும் சொல் வழக்கும், பெண்மொழி குறித்தும் அண்மைக்காலப் பெண்ணியலாளர்கள் வழி, கேட்டுக்கொண்டே தான் இருக்கிறோம். எனினும், மகளிர் முன்னேற்றம் குறித்துக் காண்கையில், 'பெண்ணியம்' குறித்துப் பெண்ணியவாதிகளின் பார்வையினைப் பறவைப் பார்வையாக ஒரு முறை நோக்குவது சிறப்பளிக்கும் எனும் நோக்கில் நூலின் முதல் இயல் 'பெண்ணியம்' குறித்த அறிமுகப் பகுதியாக அமைகின்றது.

காலந்தோறும் மகளிர் இதழ்கள், மகளிருக்கு அளித்து வரும் செய்திகள் குறித்த அறிமுகப்பகுதியாக இரண்டாம் இயல் அமைகின்றது.

'அவள் விகடன்' இதழை அறிமுகம் செய்யும் பகுதியாக மூன்றாவது இயலும், இதழின் உள்ளடக்கத்தின் வழி 'அவள்' மகளிர் முன்னேற்றத்தில் ஆற்றிவரும் பங்களிப்பும், விளம்பரங்களில் 'அவளின்' கண்ணோட்டமும் அடுத்தடுத்த இயல்களாக அமைகின்றன. ஆய்வு குறித்த முடிவுகள் நிறைவுரையில் இடம்பெறுகின்றன.

பெண்ணியம்

'பெண்ணியம்' இன்று உலகளாவிய சிந்தனையாக மலர்ந்துள்ளது. நாடு, இனம், மொழி, பண்பாடு இவற்றின் அடிப்படையில் 'பெண்ணியம்' குறித்த கருத்து உருவாக்கங்களும் மாறுதலுக்குள்ளாகிக் கொண்டு இருக்கின்றன. 'பெண்ணியம்' என்பது பெண்களுக்கான உரிமைகளைப் பேசுகிறதா? பெண்ணைப்பற்றிப் பேசுகிறதா? பெண்ணின் சுயத்தன்மையை வெளிக்கொணர முயல்கிறதா? ஆடவர் சார்பின்றி, 'பெண்' தன்னைச் சமூகத்தில் நிலைநிறுத்திக் கொள்வதைப் பறைசாற்றுகிறதா? எனப் பல நிலைகளில் 'பெண்ணியம்' குறித்த குழப்பநிலை உலவிவருகின்றது. 'பெண்ணியம்' என்று பொதுவாகக் குறிப்பிடுவது ஜாலப் பேச்சுக்கு உதவலாமே தவிரக் கவைக்குதவாது. எனவே பெண்ணியம் என்ற தொடர் 'பெண்ணியத்தைக் குறிக்கிறது என்ற புரிதல் நமக்கு அவசியமாகிறது' என்கிறார் அ.மங்கை (பெண்ணிய அரசியல், ப. 6). இனி, 'பெண்ணியம்' என்ற சொல் என்னென்ன விளக்கங்களைப் பெறுகிறது? எனப் பார்க்கலாம்.

ஆங்கிலத்தில் 'Feminism' என்று வழங்கும் கலைச் சொல்லையே தமிழில் பெண்ணியம் என்று கூறுகிறோம். Femina- என்ற சொல்லுக்குப் 'பெண்ணின் குணாதிசயங்களைக் கொண்டுள்ள' (having the qualities of female) என்பது பொருளாகும். இச்சொல் முதலில் பெண்களின் பாலியல் குணாதிசயங்களைக் குறிப்பிடவே வழங்கப்பட்டது. பின்பே, பெண்களின் உரிமைகளைப் பேசுவதற்காக எடுத்தாளப் பட்டுள்ளது. (பெண்ணியம், இரா. பிரேமா, ப.1.) 'பெண்ணியம்' என்பது பெண்களின் எல்லாச் சிக்கல்களையும் புரிந்து கொண்டு, அவற்றை நீக்க முயல்வதாகும். அதன் மூலம், உலகளவில் அரசியலிலும் பண்பாட்டிலும் பொருளாதாரத்திலும் ஆன்மீகத்திலும் பெருத்த மாற்றத்தை ஏற்படுத்த முடியும் என்கிறார் சார்லட் பன்ச் (மேலது, ப.3). அத்துடன், பெண்ணியம் என்பது பெண்களுக்கான உரிமைகளைப் பெற்றுத் தருவது மட்டுமல்ல; சமூகத்தையே மாற்றியமைக்க முயல்வதாகும் என்கிறார். ரோஸலிண்ட் டெல்மார் என்பவர், பெண்ணியம் என்பது பெண்களின் நிலையை மாற்றுகின்ற இயக்கம் என்கிறார். "பெண்களைச் சமுதாய அளவில் முன்னேற்றுவது என்பது பெண்ணியத்தின் மையச் செயற்பாடாக அமைந்துள்ளதால், இதை ஒரு சிறந்த சமுதாய இயக்கமாகக் கருத இயலும் என்பது இவர் தம் எண்ணமாகும்.

இவர் கருத்துடன் கார்டனின் கருத்து இணைத்து நோக்கத்தக்கது. "பெண்களின் தாழ்நிலையை ஆராய்ந்து, அதை மாற்ற மேற்கொள்ளப்படும் வழிமுறைகளே 'பெண்ணியம்' என்கிறார் கார்டன். பெண்கள் ஒருவரோடு ஒருவர் இணைந்து ஓர் ஆற்றலை உருவாக்கி, பெண்மை அதன் தன்மையில் ஆண்களோடு மாறுபட்டிருப்பினும், அது ஆண்மைக்கு நிகரானது என்பதை ஏற்றுக் கொள்ளவைப்பது எனும் ஜெயினின் கருத்தும் சிந்திக்கத்தக்கது. (பெண்ணியம் தோற்றமும் வளர்ச்சியும், ச.முத்துச்சிதம்பரம், ப.3). சமூகத்திலும், வேலைத்தளத்திலும், குடும்பத்திலும் நிலவும் பெண் ஒடுக்கு முறை மற்றும் சுரண்டல் பற்றிய பெண்களின் உணர்வு நிலைகளும் இந்நிலையை மாற்றுவதற்குப் பெண்களும் ஆண்களும் எடுக்கும் உணர்வுப் பூர்வமான நடவடிக்கைகளும் பெண்ணியத்தின் பரந்துபட்ட வரையறையாகக் கொள்வர் என்கிறார் முனைவர் தேவதத்தா. (பெண்ணியம்-ஒரு வரலாற்றுப் பார்வை, ப.1).

பெண்கள் நலன்

பெண் வாழ்வை முன்னேற்றுதல் பெண்ணியத்தின் அடிப்படையாகத் திகழ்வதை மேற்காணும் கருத்துகள் வழி அறிய முடிகின்றது. இந்திய அரசியல் அமைப்புச் சட்டம் ஆண்களுக்கும், பெண்களுக்கும் சமத்துவ முறையில் உரிமைகள் அளித்தது. எனினும் இச்சட்டங்கள் திருமணம், குடும்பம் சார்ந்தவையாகும். இவையனைத்தும் பெண்கள் குடும்பத்தில் அனுபவிக்கும் இன்னல்களை அகற்றும் முறையிலேயே இயற்றப்பட்டவை. இவை தவிர, பெண்களது வாழ்வை மேம்படுத்தும் நோக்கத்துடன் பல்வேறு நலத்திட்டங்கள் செயல்படுத்தப்படுகின்றன. அரசு, பெண்களின் பொருளாதார நிலையை மேம்படுத்தப் பல்வேறு திட்டங்களை வகுக்கின்றது. பெண்களது பொருளாதார முன்னேற்றம் அவர்களது வாழ்வினை முன்னேற்றும் என்பதால் அரசு 41 திட்டங்களைச் செயற்படுத்தியுள்ளது. (பெண்ணியம் தோற்றமும் வளர்ச்சியும், ப.171). இவ்வாறான பெண்ணின் நலன், முன்னேற்றம் குறித்த செய்திகளை அனைத்துத் தரப்புப் பெண்களிடையே எடுத்துச் செல்வது இதழ்களின் கடமையாகிறது. அதிலும் மகளிர் இதழ்கள், மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கான அரசுத் திட்டங்கள், உதவிகள், வழிமுறைகள் போன்றவற்றைச் சிறப்பாக விளக்கும் கடமையினைக் கொள்ளல் இன்றியமையாததாகின்றது. பெண்ணிய இதழ்கள், மக்களைத் தாக்குதல் கூடாது; மக்களின் சமூக, அரசியல், பொருளாதார விருப்பை விரிவாக்குவதாக அமைதல்

வேண்டுமேயல்லால் குறுக்குவதாக அமைதல் கூடாது; மிகுந்த மெய்மைச் செய்திகளை நேரடியான குறிப்புகளுடன் தரவேண்டும்; மக்கள் தங்களுக்காகப் பேச இடந்தர வேண்டும் எனப் பெண்ணிய இதழ்கள் அமைய வேண்டிய முறைமை குறித்துப் பெண்ணியவாதிகள் கருத்துத் தெரிவிக்கின்றனர் (பெண்ணியக் கலைச்சொல் விளக்கக் கையேடு, தேவதத்தா, தி.கமலி, ப.45). மேற்கூறிய கருத்துக்களைக் கவனத்தில் கொண்டு மகளிர் இதழ்கள் பெண்ணியத்தில் அதாவது மகளிர் முன்னேற்றத்திலும் பெண் நலனிலும் எந்தளவிற்கு அக்கறை செலுத்துகின்றன என ஆய்வது இன்றைய காலக் கட்டத்திற்கு இன்றியமையாததாகும்.

காலந்தோறும் மகளிர் இதழ்கள்

பத்திரிகைகளுக்கான செய்திகளைத் தொகுத்தல், செய்தி முதலியவை எழுதுதல், பத்திரிக்கை நடத்துதல் முதலியவை குறித்து விளக்கும் துறை இதழியல் எனப்படும். செய்திகளைத் தெரியப் படுத்துவது (Dissemination of Information) என்ற அடிப்படைக் கடமையுடன், சமுதாய விழிப்புணர்வுக்காக அந்தக் கடமையைச் செவ்வனே ஆற்றுவது என்ற பொறுப்புணர்வும் இத்துறைக்கு இருக்க வேண்டியது அடிப்படையான நோக்கமாகும். இதழியல் என்பது நாளிதழ், வார இதழ், மாத இதழ், மாதமிருமுறை இதழ், காலாண்டிதழ் எனப் பல்வேறு வகையான இதழ்களைப் பொலியச் செய்யும் கலையாகக் காணப்படுகின்றது என்கிறார் கி. இராசா. இலக்கிய இதழ், அறிவியல் இதழ், சமய இதழ்கள், புலனாய்வு இதழ், மருத்துவ இதழ் எனப் பலவகையான இதழ்கள் இதழியல் துறைக்குப் பெருமை சேர்த்துக் கொண்டிருக்கின்றன. இவ்வகையில் பெண்களை மையப்படுத்தி வரும் இதழ்கள் "மகளிர் இதழ்கள்" எனப்படுகின்றன. மகளிர் முன்னேற்றம், மகளிர் கல்வி, மகளிர் உடல்நிலை, உளநிலை உள்ளிட்ட பல செய்திகளைத் தாங்கி மகளிர் இதழ்கள் வெளிவருகின்றன. தற்பொழுது வெளிவரும் மகளிர் இதழ்கள் பெரும்பாலும் மாதமொருமுறை அல்லது மாதமிருமுறை வெளிவரும் இதழ்களாகக் காணப்படுகின்றன.

மகளிர் இதழ்கள் (19ஆம் நூற்றாண்டு)

மகளிர் முன்னேற்றம் குறித்த சிந்தனை சென்ற நூற்றாண்டிலேயே தொடங்கி விட்டது எனலாம். 1860ஆம் ஆண்டு சுதேச கிறிஸ்தவப் பெண்களை ஆசிரியராகக் கொண்டு வெளிவந்த ''அமிர்தவசனி''யை முதல் மகளிர் இதழாகக் கொள்ளலாம். ஜனவிநோதினி (1870), சுகுணபோதினி (1883), மகாராணி, விவேகபோதினி, மாதர்மித்திரி (1887), பெண்மதி போதினி (1891), மாதர் மனோரஞ்சனி (1899) போல்வன ஒரு நூற்றாண்டிற்கு முன்னரே பெண் கல்வி, பெண் முன்னேற்றம் குறித்துத் தங்கள் இதழ்களில் பல்வேறு சிந்தனைகளை மக்கள் முன்வைத்தன. "பெண் கல்வி" இவ்விதழ்களின் தலையாய குறிக்கோளாகத் திகழ்ந்தது. கல்வி, விவாகச் சீர்திருத்தம், சம உரிமைக் கோரிக்கை, இல்லற தர்மம், அடிமைப்பட்டுக்கிடந்த பெண்களைக் கல்வி மூலம் எழுச்சியுறச் செய்தல் முதலியன மாதர் மனோரஞ்சனியின் நோக்கங்களாகத் திகழ்ந்தன.

20ஆம் நூற்றாண்டின் தொடக்கத்தில் மகளிர் இதழ்கள் மகளிராலேயே நடத்தப்பட்டன. 1947இல் வெளிவந்த 'பாசரசு' இதழ் விடுதலைக்குப் பிந்தைய மகளிர் இதழாக அறியப்படுகிறது. புதுமைப்பெண் (1947), பாக்கிய லட்சுமி (1961), மண்மகள் (1965), காதம்பரி (1965) இதழ்களுக்குப் பிறகு 10 ஆண்டுகள் குறிப்பிடத்தக்க மகளிர் இதழ் வெளிவந்ததாகத் தகவல் இல்லை. ஆனால், இந்தப் பத்தாண்டுக் காலம் மகளிர் வாழ்க்கையில் சில மாற்றங்களை உருவாக்கிய காலமாகத் திகழ்கிறது. பெண் கல்வியில் முன்னேற்றம் காணப்பட்டது. பெண் உரிமை வலியுறுத்தப்பட்டது. மருத்துவம், நீதி, கல்வி, காவல், தொழில், அறிவியல் எனப் பல துறைகளில் மகளிர் பணியாற்றத் தொடங்கினர். எனினும், பத்தாண்டுகள் ஏன் மகளிர் இதழ் ஏதும் வெளிவரவில்லை என்பதற்கான காரணம் புலப்படவில்லை. இதன் பின் 1975ஆம் ஆண்டு 'மங்கை' எனும் மகளிர் இதழ் வெளிவந்துள்ளது. மங்கையில் வீட்டுவேலை, குழந்தை வளர்ப்பு, சமையல், தையல், கவிதை, அறிவியல் இன்னும் பல செய்திகளும் அடங்கியிருக்கும் எனக் காணப்படும் பதிப்புரை இதழின் நோக்கத்தைப் புலப்படுத்தும். இதே ஆண்டில் கல்கி நிறுவனத்திலிருந்து 'மங்கையர் மலர்' எனும் இதழ் வெளிவந்தது. 80களுக்குப்பிறகு இவ்விதழ் சிறப்பாகக் காலூன்றியிருக்கின்றது. இவ் இதழ் ஆசிரியராக 'மஞ்சுளா ரமேஷ்' பணியாற்றி உள்ளார். சமயம், மருத்துவம், கலை, விளையாட்டு தொடர்பான கட்டுரைகள், பல்வேறு சுய தொழில்களில் வெற்றி பெற்ற மகளிர் பேட்டிகள், திருமண /விளம்பரங்கள் என மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கும், அடிப்படை வாழ்வியலுக்கும் தேவையான செய்திகளை வெளியிட்டுள்ளது.

பராசக்தி என்பவரை ஆசிரியராகக் கொண்டு 1984ஆம் ஆண்டு முதல் 'சுமங்கலி'யும், கே. உமாபதியினை ஆசிரியராகக் கொண்டு 1987முதல் 'ராஜம்' இதழும் வெளிவந்துள்ளன. பெண்கள் முன்னேற்றத்தில் 'சுமங்கலியின்' பங்கு குறித்து ஜே.ஆர். இலட்சுமி என்பவர் ஆராய்ந்து, பின்னர்த் தனது ஆய்வேட்டினை நூலாக வெளியிட்டுள்ளார். 'ராஜம் இதழ்' 'பெண்குலத்திற்குப் பெருமை சேர்த்திடும் மாதர் இதழ்' எனும் வாசகங்களுடன் வெளிவந்து, மகளிர் முன்னேற்றத்திற்குச் சிறப்பான பங்களிப்பினை அளித்துள்ளது. 1998ஆம் ஆண்டிற்குப் பிறகு இவ்விதழ் வெளிவரவில்லை.

1996 முதல் 'பெண்மணி' எனும் மகளிர் இதழ் வெளிவரத் தொடங்கியது. தமது 'பெண்மணி' ஆய்வுக் கட்டுரையில் இவ்இதழினை மிதவாதப் பெண்ணியத்திங்களிதழ் என வர்ணிக்கிறார் முனைவர் ச. சிவகாமி அவர்கள். எழுச்சியூட்டும் தலையங்கம், பெண்

முன்னேற்றத்திற்குத் தேவையான கல்வி, தொழில், பெண்களுக்குத் தன்னம்பிக்கையைத் தூண்டும் வகையில் சாதனைப் பெண்மணிகள் பற்றிய கட்டுரைகள், நேர்காணல் என அமைந்து 'பெண்மணி' பெண்மையின் முன்னேற்றத்திற்குப் பங்களித்தாலும், இவ் இதழில் பெண்களை விட, ஆண்களே முதன்மைப் படுத்தப்படுகின்றனர் எனக் கருத்துத் தெரிவிக்கின்றார் பேராசிரியர். எனினும் அண்மை இதழ்களிடையே சிறிது வீழ்ச்சியைக் காட்டினும் 'பெண்மணி' இன்று வெளிவரும் மகளிர் இதழ்களிடையே சிறப்பானதாகவே அமைந்துள்ளது என்றும் கூறுகிறார்.

1996 செப்டம்பர் மாதம் முதல் 'லேடீஸ் ஸ்பெஷல்' என்னும் இதழும் 1997 டிசம்பரில் பெண்மலர், 1998 அக்டோபர் முதல் 'அவள்'விகடன் மற்றும் 'குமுதம் சிநேகிதி', மஞ்சுளா ரமேஷை ஆசிரியராகக் கொண்ட சினேகிதி, பெண்ணே நீ (கவிதா), தங்கமங்கை (இரா. சக்திவேல்), மங்கையர் மலர் (அனுஷா நடராஜன்) முதலான மகளிர் இதழ்கள் தற்பொழுது வந்து கொண்டிருக்கும் இதழ்களில் குறிப்பிடத்தக்க இதழ்களாகும்.

மகளிர் இதழ்களில் இடம்பெறும் செய்திகள்

தங்களின் அறிவாற்றலையும், திறமைகளையும் உரிமைகளையும் உணர முடியாத மகளிர்க்கு, அவற்றை உணர்த்துவது தான் இதழின் தலையாய பணியாகக் கருதப்பட்டது எனச் சுகுண போதினி குறித்து எழுதியுள்ள கருத்து (மகளிர் இதழ்கள், ப.19) அக்காலம் தொட்டு, இக்காலம் வரை பொருந்துவதாக அமைகின்றது. சென்ற நூற்றாண்டில் வெளிவந்துள்ள இதழ் பெண்கல்வி, குழந்தை மணத்தினைக் கண்டித்தல், கைம்பெண் வதையினைத் தடுத்தல் முதலான செய்திகளில் கவனத்தைச் செலுத்தியுள்ளது. 80களில் வெளிவந்த இதழ்கள் மாதர் மறுமணம், குடும்பப்பாதுகாப்பு, குழந்தை வளர்ப்பு, உடலோம்புதல், சமையல், தையல், எனத் தையலர்க்குப் பயன்தரும் செய்திகளில் தம் சிந்தனையைச் செலுத்தி உள்ளன. இவை தவிர, சிறுகதை, தொடர்கதை, கட்டுரைகள், அழகுக் குறிப்பு, மாதர் உரிமை நலம் கோரும் சங்கங்கள் முதலான செய்திகளும் மகளிர் இதழ்களில் இடம் பெறுகின்றன.

21ஆம் நூற்றாண்டு மகளிருக்கு மிகப்பெரிய எதிர்பார்ப்பினை முன்வைக்கும் ஆண்டாக மலர்ந்துள்ளது. மகளிர்க்குக் கோலம், சமையல், அழகுக் குறிப்புத் தவிரவும் பிற செய்திகள் தேவைப்படுகின்றன. பல துறைகளிலும் மகளிரின் ஆதிக்கம் வலுப்பட்டுள்ளது. இரவு நேரப் பணிகளிலும், கடுமையான பணிகளிலும் ஈடுபடும் மகளிரின்

எண்ணிக்கை அதிகரித்துள்ள நிலையில், சுய பாதுகாப்பு, மன அழுத்தத்தில் இருந்து விடுபடுதல் போன்றவற்றையும் அறியவேண்டி உள்ளனர். எனவே மகளிர் இதழ்கள் இத்தகு மகளிரின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய வேண்டிய கட்டாயத்தில் உள்ளன. மின் ஊடகம், கணினியின் ஆக்கிரமிப்பு மிகுந்துள்ள நிலையில் மகளிர் இதழ்கள் தங்களை நிலைப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டியுள்ளன.

18, 19, 20ஆம் நூற்றாண்டு மகளிர் இதழ்களினின்றும் தற்போதைய இதழ்கள் எந்த வகையில் வேறுபடுகின்றன? பெண்ணியக் கருத்துக்களின் தளம் மாறுபட்ட நிலையில் பெண்மையின் முன்னேற்றத்திற்கு மகளிர் இதழ்கள் எந்தவிதமான பங்களிப்பினை அளிக்கின்றன என நோக்க வேண்டியது இன்றியமையாததாகின்றது. தற்பொழுது வெளிவரும் மகளிர் இதழ்களான குமுதம் சிநேகிதி, மஞ்சுளா ரமேஷின் சினேகிதி, பெண்ணே நீ, தங்கமங்கை, மங்கையர்மலர், விகடனின் அவள்விகடன் போன்றவற்றில் இடம்பெறும் செய்திகள், முந்தைய இதழ்களினின்றும் எவ்விதத்தில் மாறுபடுகின்றன? பொதுவாக மகளிர் இதழ்கள் ஒரு வட்டத்திற்குள்ளே சுற்றி வருபவை எனும் பெயரினை முறியடித்துள்ளனவா? எனப் பார்த்தால் 'ஆம்' என்றுதான் சொல்ல வேண்டியுள்ளது. கோலம், சமையல், அழகுக் கலை முதலானவை இடம் பெற்றாலும் தற்போதைய இளைய தலைமுறையினரை வழிநடத்த உளவியல் ஆலோசனைகள், இரவு நேரங்களில் பணிக்குச் செல்லும் மகளிர்க்கான பாதுகாப்பு உத்திகள், இல்லத்தரசிகளுக்குத் தேவையான உடற்பயிற்சிகள், முதியோர் இல்லங்கள், கணினிக் கல்வி, ஆங்கிலப் பேச்சுப் பயிற்சி மற்றும் மகளிரை ஒரு குழுவாக ஓர் இடத்தில் இதழியல் குழுவினர் சந்தித்துப் பேசி அவர்களுக்குத் தேவையானதை அறிதல், மகளிர்க்குத் தேவைப்படும் பெயிண்டிங், தையல் போன்றவற்றைக் குறிப்பிட்ட நிறுவனத்தினருடன் இணைந்து, பயிற்சி முகாம் வழியாகக் கற்றுக் கொடுத்தல் (குமுதம் சிநேகிதி), மகளிர்க்கான விழாவினை, போட்டியினை நடத்தி (மஞ்சுளா ரமேஷ் சினேகிதி) அது குறித்த நேரடிச் செய்திகளை இதழ்களில் இடம் பெறச் செய்தல் எனப் பெண் வாசகிகளுடன் நேரடித் தொடர்பு கொண்டு, அவர்களுக்குத் தேவையானதை அறிந்து வெளியிடும் முயற்சியில் மகளிர் இதழ்கள் இறங்கியுள்ளன.

விடுதலைக்கு முன்னும் பின்னும் எனக் காலம் தோறும் மகளிரின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்யவும், அவர்தம் முன்னேற்றத்திற்கும் மகளிர் இதழ்கள் தம் பங்களிப்பைச் செய்து வருகின்றன.

அவள் விகடன் அறிமுகம்

"அவள் விகடன்" மாதமிருமுறை வெளிவரும் மகளிர் இதழாகும். 1998ஆம் ஆண்டு அக்டோபர் மாதம் விஜயதசமியன்று மலர்ந்த இதழ் இது. முதலில் 98 பக்கங்களுடன் வெளிவந்து கொண்டிருந்த இதழ் ''காலேஜ் கேம்பஸ்'' எனும் இளம் கல்லூரி மாணவியருக்கான பகுதியினைத் தொடங்கிய பின் 116 பக்கங்களுடன் வரத் தொடங்கியுள்ளது. இதன் ஆசிரியர் ஸ்ரீ; தலைமைப் பொறுப்பாசிரியர் மகா. சிவஞானம்; வெளியிடுபவர் பா. சீனிவாசன். தலைமை உதவி ஆசிரியர்கள் எழுவர், உதவி ஆசிரியர்கள் 19பேர், புகைப்படக்காரர்கள் எழுவர், வடிவமைப்பாளர் எழுவர், பிழைதிருத்துவோர் இருவர் என அவள் விகடனில் பணியாற்றுவோர் குழுப்பட்டியல் நீள்கின்றது.

இவ்இதழ், குடும்பத்தில் பெறுமிடத்தை விளக்கும் முகமாக, "தமிழ்க் குடும்பங்களின் தலைமகள்" எனும் வாசகத்தினை அட்டையில் தாங்கியுள்ளது.

"இந்தியக் குடும்பங்களுக்கு - அதிலும் குறிப்பாகத் தமிழ்க் குடும்பங்களுக்கென்றே உயர்வான பல பாரம்பரியங்கள் உண்டு. இங்கே பெண்களுக்கென்றே உன்னதமான ஓர் இடமும் உண்டு. வாசமலராக, வண்ணப் பூந்தோட்டமாக ஒவ்வொரு குடும்பமும் பூத்துக் குலுங்குவதற்குப் பெண்ணே உரமாகவும் உயிராகவும் இருக்கிறாள். அந்தப் பெண்ணுக்கென்றே சில இரசனைகள் உண்டு; சில தேவைகள் உண்டு; சில ஆசாபாசங்களும், அந்தரங்க ஆசைகளும் உண்டு. இவற்றையெல்லாம் பூர்த்தி செய்து கொள்ளவும், மனம்விட்டுப் பகிர்ந்து கொள்ளவும், வேண்டுகிறபோது தோள் சாய்ந்து கொள்ளவும் நம்பிக்கையான ஒரு தோழியை ஒவ்வொரு பெண்ணும் நாடுவது இயல்பு. அத்தோழியையும் சுலபத்தில் தேர்ந்தெடுத்து விடுவதில்லை. பலவிதப் பரீட்சைக்கு உட்படுத்தியே இதயத்தில் தோழிக்கு இடம் கொடுப்பது வழக்கம். அப்படித்தான் 'அவளையும்' ஏற்றுக் கொண்டுள்ளீர்கள் எனும் ஆசிரியர் 'ஸ்ரீயின்' தலையங்கங்கள் வாசகிகள் இடையே 'அவள்' பெற்றுள்ள இடத்தைத் தெள்ளென

எடுத்துக்காட்டுவதாக அமைகின்றன. (ஏப்ரல் 14, 2006). அத்துடன், இந்தியா முழுவதும் வெளியாகும் பத்திரிகைகளின் விற்பனையைத் தணிக்கை செய்யும் அதிகாரப்பூர்வமான அமைப்பான 'ஏபிசி' (ஆடிட் பீரோ ஆஃப் சர்க்குலேஷன்) வெளியிட்டிருக்கும் அண்மைக்கால அறிக்கையின்படி, தமிழில் வெளியாகும் பெண்கள் இதழ்களிலேயே மிகவும் அதிகமாக விற்பனையாகி நம்பர் 1 இடத்தைப் பெற்றுள்ள செய்தியினையும் ஆசிரியர் தெரிவிக்கிறார். 'அவள்' இதழின் தரத்தினை இச்செய்தி உறுதிப்படுத்துகிறது. அத்துடன் மாறிவரும் சமூகச் சூழல், ஆங்காங்கே தலையெடுக்கும் நச்சுக் கலாசாரங்கள், கண்ணுக்குத் தெரியாமல் காலைப்பிடித்திழுக்கும் இடையூறுகள், வீட்டுக்குள்ளேயே அழுத்தும் மனச் சுமைகள் என்று நவயுகப் பெண்களுக்குத்தான் எத்தனையெத்தனை சோதனைகள்! இதிலிருந் தெல்லாம் விடுபட்டு வெளியில் வரவும், தங்கள் அறிவுத்திறனைக் கூர்தீட்டிக் கொண்டு சுயமாகவே போராடவும், கிடைக்கின்ற அரிய ஓய்வு நேரத்தைப் பயனோடு கொண்டாடவும் துணை நிற்பாள் 'அவள்' எனும் ஆசிரியரின் கருத்து 'அவளின் எண்ணத்தைப் பறை சாற்றுகின்றது. முன்னேறத் துடிக்கும் மகளிருக்குத் துணை நிற்கும் பாங்கும் வெளிப்படுகின்றது.

இதழ் அட்டை

அவள் விகடனின் அட்டைப்படத்தில் மகளிரின் புகைப்படங்களே இடம்பெறுகின்றன. புகழ்பெற்ற திரை, சின்னத்திரை நடிகையர் புகைப்படங்கள், மிக அரிதாகப் பிறதுறை அல்லது மாணவியர் புகைப்படங்கள் இடம் பெற்றுள்ளன. மகளிர் புகைப்படங்கள் அனைத்தும் இந்தியப் பண்பாட்டினைப் புலப்படுத்தும் வகையில் புடவை, அணிகலன்கள் அணிந்து எடுக்கப்பட்டவையாக உள்ளன. ஆபாசப் படங்கள் இடம்பெறவில்லை என்பது குறிப்பிடத் தக்கது. பின் அட்டை, விளம்பரங்களைக் கொண்டு திகழ்கிறது. "தமிழ்க் குடும்பங்களின் தலைமகள்", "தமிழின் நம்பர் 1 பெண்கள் இதழ்" ஆகிய வாசகங்கள் அட்டையில் இடம்பெற்றுள்ளன. இதழின் உள்ளே இடம்பெற்றுள்ள செய்திகளுள் முக்கியமானவற்றை, தலைப்புச் செய்தி வாசகங்களாக அட்டையில் இடம்பெறச்செய்துள்ள உத்தி வாசகர்களை வாங்கத்தூண்டுபவை. சிறப்பிதழ் எனில் அதுவும் குறிப்பிடப் பட்டுள்ளது. 32-பக்க இலவச இணைப்பு என்ன என்பது குறித்தும் முன் அட்டையில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

சிறுவர்களின் குறும்புத்தனத்தினைச் சுட்டும் வகையில் விகடன் நிறுவனத்தார் 'சுட்டி விகடனை' வெளியிடுகின்றனர். அதே போல் 'அவள்' எனப் பெண்பாலினரைப் பொதுவாகச் சுட்டும் சொல்லே இதழுக்குப் பெயராக வைக்கப்பட்டுள்ளது. பெண்பாலவர் எவ் வயதினரானாலும், அவர்களுக்குப் பயன்படும் வகையில் இவ் இதழில் உள்ள செய்திகள் பயன்படும் என்பதனையே சுட்டுகின்றது.

இதழின் உள்ளடக்கம்

அவள் விகடன் இதழில் பெரும்பான்மையான இடத்தினைப் பிடித்துக் கொண்டிருப்பவை கட்டுரைகள். மகளிர் முன்னேற்றத்தில் தனது பார்வையினைச் செலுத்திப் படைக்கப்பட்டுள்ள கட்டுரைகளே அவள் விகடனைப் பிற மகளிர் இதழ்களினின்றும் பிரித்துக் காட்டுகின்றன. கட்டுரைகள் இடம்பெற்ற அளவிற்குச் சிறுகதைகளோ, நெடுந் தொடர்களோ இடம்பெறவில்லை. ஒரேயொரு தொடர்கதை, அரிதாக ஒன்றிரண்டு இதழ்களில் சிறுகதை இடம்பெறுகின்றன. எனினும் கதை கேளு.... கதை கேளு எனும் கதைப் பிரசங்கப் பகுதியும், நாட்டுப்புறக் கதைகளைச் சொல்லும் கரிசல்காட்டுக் கதைகளும் இடம்பெற்றுச் சிறுகதை இல்லாத குறையினை நிவர்த்தி செய்கின்றன.

மரபு சார்ந்த மருத்துவம் (ஆயுள் வளர்க்கும் ஆயுர்வேதம்) பாட்டி வைத்தியம், ஆங்கில மருத்துவம் (டியர் டாக்டர்) என மூன்று பிரிவாக மருத்துவம் சார்ந்த செய்திகள் குறிப்பாக மகளிர் மருத்துவம் இடம்பெறுவது சுட்டத்தக்கது.

மகளிர் மன அழுத்தம் தரும் சொந்தச் சிக்கல்களைப் பிற வாசகியருடன் பகிர்ந்துகொள்ளும் நோக்கில் அமைந்துள்ள 'என் டைரி', தன் மன உணர்வுகளைப் பகிர்ந்து கொண்ட வாசகிக்கு ஆறுதல் அளிக்கும் விதமாகப் பிற வாசகியரின் கருத்துகள் இடம்பெறும் சிநேகிதிக்கு... சிநேகிதிக்கு. இவ்விரண்டும் அவளில் குறிப்பிடத்தக்க பகுதிகளாகும்.

இளம்பெண்களைக் கவரும் விதமாகவும், அவர்தம் திறமைகளை வெளிக்கொணரும் விதமாகவும் இடம்பெற்றுள்ள 'காலேஜ் கேம்பஸ்' பகுதி அவள் விகடனின் சிறப்பம்சமாகும்.

இவற்றைத் தவிர ஒவ்வொரு மாதச் சிறப்பு விசேடங்களைச் சொல்லும் இந்த மாதம் என்ன விசேஷம்?

சாதகப் பலன்களைச் சொல்லும் 'ஜாதகம் என்ன சொல்கிறது?', நவரத்தினக் கற்களின் தன்மைகளை உரைக்கும் 'அழகிய கல்லே', அந்த மாதத்தின் நிலையைப் பற்றிச் சொல்லும் 'ராசி பலன்', தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளைப் பற்றி அலசும் 'கேபிள் கலாட்டா', அழகுக் குறிப்புகளை அள்ளித் தரும் 'பழகிய பொருள்... அழகிய முகம்', இல்லத்தரசிகள் வீட்டிலிருந்த படியே கைவினைப்பொருட்களைச் செய்யக் கற்றுக்கொண்டு அதன்வழிப் பொருளீட்ட வழிசெய்யும் 'செய்து மகிழுங்கள்', இளம் தாய்மார்களுக்காக 'மம்மீஸ் கிளப்', சிறுசிறு நடப்புச் செய்தியினைத் தொகுத்துத் தரும் 'நியூஸ் டைஜஸ்ட்', வாசகியின் கடிதங்களாக 'ஸ்ரீ போஸ்ட்', மேலும் மகளிர் இதழ்களில் பொதுவாக இடம்பெறும் பெண்களுக்கு விருப்பமான கோலங்கள், சமையல் செய்முறை, சிறுசிறு வீட்டுக் குறிப்புகள், இவை அனைத்திற்கும் சிகரம் வைத்தாற்போன்று அமைந்துள்ள 'தலையங்கம்', மிகக் குறைந்த அளவில் இடம்பெற்றுள்ள கவிதை, புராணச் செய்திகள் ஆகியவற்றுடன் 'அவள் விகடன்' பொலிவுடன் வெளிவருகின்றது.

இதழின் உள்ளடக்கம் சிறப்பாக அமைவது போன்றே விளம்பரங்களும் மகளிரைக் கருத்தில் கொண்டு அமைகின்றன. இதழில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் இதழின் தரத்தினைப் பறைசாற்ற வல்லவை. எனவே விளம்பரங்கள் மகளிர் முன்னேற்றத்தில் எந்த அளவிற்குத் தம் பங்கினைச் செலுத்தி யுள்ளது என ஆய்வது இன்றியமையாததாகிறது.

அவள் விகடனில் பொதுவாக இடம்பெறும் கோலங்கள், சமையல் செய்முறை, சிறுசிறு வீட்டுக் குறிப்புகள், இராசி பலன், அழகுக் குறிப்பு போன்றவை அவள் விகடனிலும் இடம் பெறுகின்றன. இதழ்களில் பொதுவாகத் தலையங்கம் முன்பகுதியில் இடம்பெறும். ஆனால் அவள் விகடனில் 'நமக்குள்ளே' எனும் தலைப்பில் தலையங்கம் கடைசிப் பக்கத்தில் இடம்பெறுகிறது. சிறுசிறு நடப்புச் செய்தியினை 'நியூஸ் டைஜஸ்ட்' எனும் பகுதி தருகிறது. வாசகர் கடிதங்கள் 'ஸ்ரீபோஸ்ட்' எனும் தலைப்பிலும், தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகள் குறித்த செய்திகள் 'கேபிள் கலாட்டா' எனும் தலைப்பிலும் இடம் பெறுகின்றன.

உள்ளடக்கமும் மகளிர் முன்னேற்றமும்

மகளிர் முன்னேற்றம்

ஒவ்வொரு காலக்கட்டத்திலும் மகளிர் முன்னேற்றம் குறித்த கருத்துப் பரிமாணங்களில் மாற்றம் இருந்துள்ளது. இந்திய விடுதலைக்கு முன் மகளிரிடையே 'உடன்கட்டை' ஏறாமை குறித்த விழிப்புணர்வு ஊட்ட வேண்டி இருந்தது. இவ்வழக்கத்தினைச் சட்டத்தின் அடிப்படையில் தடை செய்வதற்கு இராசாராம் மோகன்ராய் நமக்குத் தேவைப்பட்டார். பின்னர்ப் 'பால்யவிவாக' நிலையில் இருந்து மகளிர் விடுபட்டனர். இளம் கைம்பெண்கள் பலர் தம்வாழ்வின் திசையறியாது நின்ற போழ்து, மகளிர் அவற்றினின்றும் வெளிவர வேண்டியவராயினர்.

பாரதியார், பாரதிதாசன் போன்றோர் பெண்ணினத்தின் விடுதலைக்குக் குரல் கொடுத்தனர். இவர்களின் குரல் 'பெண்கல்வி' தவறில்லை எனும் விழிப்புணர்வினைச் சமூகத்திற்கு ஊட்டியது எனலாம்.

> **ஏட்டையும் பெண்கள் தொடுவது தீமையென்**
> **றெண்ணி யிருந்தவர் மாய்ந்து விட்டார்**
> **வீட்டுக்குள்ளே பெண்ணைப் பூட்டிவைப்போ மென்ற**
> **விந்தை மனிதர் தலை கவிழ்ந்தார்**

எனும் பாரதியின் கவிவரிகள் பெண் தடையற்று கல்வி பெறும் நிலையினை உருவாக்கியது. எனினும் திருமணம், குடும்பம் முதலிய கண்ணோட்டத்தில் மகளிர் முன்னேற்றம் பெறவேண்டியவர்களாகவே இருந்தனர்.

'பால்ய விவாகத்தினின்றும்' விடுபட்டு முன்னேறிய மகளிர் முதிர் கன்னியராகச் சமூகத்தில் தங்களை நிலை நிறுத்திக் கொள்ள வேண்டியவராயினர். 'விதவையர் மணம்' ஆன்றோராலும், சான்றோராலும் வலியுறுத்தப்பட்டு, 'கைம்பெண்' நிலையில் இருந்து விடுதலை பெற்றனர் எனில், இன்றையக் கால கட்டத்தில்

'மணப்பிரிவினை' மிகப் பெரிய சிக்கலாகி உள்ளது. 'கூட்டுக் குடும்பம்' எனும் கூட்டிற்குள் மகளிர் அழுத்தப்பட்டு, வேலைப் பளுவினாலும், நிர்வாகப் பங்கின்மையாலும் மகளிர் பாதிக்கப்பட்டது ஒரு காலக்கட்டம். கூட்டுக் குடும்ப நிலை வழக்கொழிந்த இன்றைய காலக்கட்டத்தில் வீடு, பணி என இரட்டைச் சுமைக்கு ஆட்பட்டு மன அழுத்தத்திற்கு ஆளாகும் நிலையில் உள்ளனர்.

70களில் மகளிர் வரதட்சிணைக் கொடுமையினைத் தாண்டி வாழ்வில் முன்னேற வேண்டி இருந்தது. அதிகக் கல்வி, உயர்நிலை ஊதியம் பெற்றுவிட்ட இன்றைய நிலையிலும் வரதட்சணை முற்றிலும் ஒழிந்து விட்டதாகக் கூறவியலாது. மகளிர் கல்வி பெறாததாலும், வருவாய்க் குறைவினாலும் சமூகத்தில் சிக்கல்களைச் சந்தித்து வந்தது ஒரு காலக்கட்டம் எனில், வருவாய் பெருக்கத்தினாலும், உயர்கல்வியினாலும் குடும்பத்தில் வேறுவிதமான இன்னல்களுக்கு ஆளாகின்றனர். கல்வி பெறும் மகளிர் நிலை இவ்வாறிருக்க, கல்வி வாய்ப்புப் பெற இயலா மகளிர் தமது குடும்பத்தின் பொருளாதாரச் சவால்களைச் சந்திக்க வேண்டியவராகவும், சுய கௌரவத்தைக் கட்டிக் காத்து வாழ்வில் முன்னேற வேண்டியவர்களாகவும் இருக்கின்றனர். தற்பொழுது மகளிரை வாட்டிவரும் மற்றொரு சிக்கல் இரவு நேரப்பணி. பன்னாட்டு நிறுவனங்களின் தேவைக்கேற்ப, இளம்பெண்கள் இரவு நேரங்களில் பணிபுரியச் செல்கின்றனர். தமது உயிர், உடலுக்கு ஏற்படும் தீங்கினின்றும் தற்காத்துக் கொண்டும், சமுதாயத்தின் பார்வையினைத் தாங்கியும் முன்னேற வேண்டியவராயுள்ளனர்.

இளமகளிர் நிலை இவ்வாறிருக்க, முதிய மகளிரோ, வயதான நிலையில், தம் சுற்றத்தை விட்டு முதியோர் இல்லங்களில் தனிமையில் வாடுகின்றனர். வாழ்நாள் முழுவதும் இளவயது முதல் முதுமை எய்தும் வரை, பல வித இன்னல்களுக்கு ஆட்பட்டு, சமுதாயத்தின் பல்வேறு சோதனைகளைச் சந்தித்து வாழ்வில் முன்னேறும் மகளிர், தமது வாழ்வின் இறுதிக் காலக்கட்டத்தில் ஏற்படும் தனிமையை எதிர்த்து முன்னேற வேண்டியுள்ளனர்.

எனவே காலமாறுதலுக்கேற்பப் பெண்ணியல்புகள் மறு பார்வைக்கு உட்படுத்த வேண்டிய சூழல் உருவாகியுள்ளது. இரட்டைச் சுமை தாங்கும் பெண்மையின் அல்லல், தொழில் முனைவோராகச்

சுயவேலைவாய்ப்பில் முன்னேறியுள்ள பெண்மையின் துணிவு, 'வீக்கர் செக்ஸ்' என அழைக்கப்படும் பெண்டிர் உண்மையில் மன உறுதியுடன் வாழ்வில் முன்னேறும் நிலை, ஆணாதிக்கச் சமுதாயத்தில் தங்களது தனித்துவத்தை நிலை நாட்டிவரும் மகளிர் எனப் பெண்ணியப்பார்வை பரந்துபட்ட நிலையினை எட்டியுள்ளது.

அவள் விகடன் மேற்குறிப்பிட்ட மகளிரின் முன்னேற்றத்திற்கு எந்த வகையில் துணைபுரிகின்றது? அவள் விகடனின் பெண்ணியப் பார்வை சரியான நோக்கில் அமைந்துள்ளதா? என்பதை அதன் உள்ளடக்கச் செய்தி வழி இனிக் காண்போம்.

கட்டுரைகள்

அவள் விகடனில் இடம் பெறும் 'கட்டுரைகள்' மகளிர் முன்னேற்றத்தில் பெரும் கவனத்தைச் செலுத்துவன எனில் மிகையில்லை. இளமகளிர், தொழில் முனைவோர், இல்லத்தரசிகள், முதுமகளிர், கிராம, நகர மகளிர் எனப் பல பிரிவு மகளிருக்கும் பயன்படும் விதத்தில் 90 சதவிகித இடத்தினைப் பிடித்துகொண்டு 'அவளில்' கட்டுரைகள் இடம்பெற்றிருக்கின்றன. பிற மகளிர் இதழ்களைவிட 'அவள்' இதழில் இடம் பெறும் கட்டுரைகள் தனித்துவம் பெறுவது இவ் இதழின் சிறப்பு.

மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கு 'அவள்' அளிக்கும் கட்டுரைகளை நான்கு விதமாகப் பிரிக்கலாம்.

1. மகளிரை ஊக்குவித்து, தன்னம்பிக்கை ஊட்டி, தொழில் பயிற்றுவித்து முன்னேற்ற வைக்கும் தொழில் பயிற்றுவிக்கும் கட்டுரைகள்

2. விழிப்புணர்வினை ஊட்டி மகளிர் முன்னேற வழி வகுக்கும் விழிப்புணர்வுக் கட்டுரைகள்

3. பல்வேறு துறைகளில் சாதனை படைத்து, பிற மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கு வழிகாட்டியாக அமையும் சாதனைப் பெண்கள் குறித்த கட்டுரைகள்

4. உறவுமுறைகளின் புனிதத்தை உணர்த்தி, அதன்வழி மகளிர் மனத்தில் மாற்றத்தினைக் கொண்டுவரும் வகையில் உறவுமுறைகளுக்கு மதிப்புத் தரும் கட்டுரைகள்.

இனி இப்பிரிவினைத் தனித்தனியாகக் காணலாம்

1. தொழில் பயிற்றுவிக்கும் கட்டுரைகள்

பல்வேறு போராட்டங்களைச் சந்தித்து, அதனை எதிர்த்துப் போராடிச் சமூகத்தில் வெற்றி பெற்ற மகளிரை அறிமுகப் படுத்தும் விதமாக அமையும் 'சிகரம் தொட்ட கதை', எளிய தொழில்செய்து பொருளீட்டி, இன்று சமூகத்தில் தன்னை நிலை நிறுத்திக் கொண்டுள்ள மகளிரின் தொழல் பகிர்வு குறித்தான 'சின்ன ஐடியா பெரிய லாபம்', தொழில் முனைவோருக்கான வழிகாட்டும், 'நாணயம் விகடன்', மகளிர் குழுக்களின் சாதனைகளை வெளிக்கொணரும் 'மாண்புமிகு மகளிர் குழுக்கள்' இவையனைத்தையும் இப்பகுதியில் அடக்கி ஆராயலாம்.

1) சிகரம் தொட்ட கதை

சாதாரண மனிதர்கள் பலரைச் சாதனையாளர்களாக உருவாக்கியதில் கவலைகளுக்கும் கண்ணீர்த் துளிகளுக்கும் பெரும் பங்கு இருக்கிறது. சுழற்றி அடிக்கும் சோகங்கள் தான் மனதில் வலுவைச் சுரக்கவைக்கின்றன. அந்த வலுவோடு எழுந்து நிமிர்ந்து விட்டால் சோதனைகள் எல்லாமே வெற்றிப் படிக்கட்டுகளாகி விடுகின்றன. அதிலும் மன உறுதியுடன் மகளிர் தலை நிமிர்ந்து நிற்கும் பொழுது கடலின் ஆர்ப்பரிப்பும் அடங்கிவிடும்.

பலவித இன்னல்களுக்கு ஆளாகி, வாழ்வின் இறுதிக் கட்டத்தை எட்டி, தற்கொலைக்கு மனம் தூண்டிய பொழுதிலும் அதற்கு ஆட்படாமல் சோதனையைச் சாதனையாக்கிச் சிகரம் தொட்ட மகளிர் குறித்த கட்டுரைகள் அனைத்து வயது மகளிருக்கும் தன்னம்பிக்கை ஊட்டுபவை.

குடியிருந்த வீட்டிற்கு வாடகை கூட கொடுக்க முடியாமல் தற்கொலை முடிவுக்குப் போன சரோஜாவுக்கு, இன்று தூத்துக்குடியில் பெயர் சொல்லும்படி ஒரு விலாசம் இருக்கிறது. ஒரு பால் பண்ணை, ஒரு கோழிப்பண்ணை, நான்கு கசாப்புக் கடைகள்

மற்றும் நான்கு வீடுகள் ஆகியவற்றுக்கு உரிமையாளர். காதல் மணம், பெற்றோர் மறுப்பு, தடையை மீறி ஆரம்பித்த வாழ்க்கையில் தென்றல் வீசியதுபோல் தோன்றிய கணவர் மறைவினால் புயலாக மாறிய வாழ்க்கை. இந்நிலையில் தன் கணவர் நடத்திக் கொண்டிருந்த கசாப்புக் கடையினையே தொடர்ந்து நடத்த முடிவு எடுத்து, தன்தொழிலில் படிப்படியாக முன்னேறி, சாதனை படைத்துச் சிகரம் தொட்டுள்ள சரோஜா (ஜூலை 1, 2005, ப. 47) தன் சோதனைகளின் பள்ளத்திலிருந்து மீண்டு வர, ஆண்களே அசூயைப்படும் 'கசாப்புக் கடையினை' எடுத்து நடத்தி வாழ்வில் உழைப்பு எனும் முயற்சி இருந்தால் உயர்வு எனும் பதவி கிட்டும் என்பதனை உண்மையாக்கியுள்ளார்.

தன் தந்தை எனும் சொந்தத்தை இழந்து, கடுமையான துன்பத்தில் உழன்று, அத்துன்பத்தினின்றும் வெளிவரும் பொருட்டுத் தனக்குத் தெரிந்த தையல், பூ வேலைகளில் (எம்பிராய்டரி) ஈடுபட்டுக் கடுமையாக உழைத்து வாழ்வில் வெற்றி கண்டுள்ள உமாமகேஸ்வரி (ஜூலை 29, 2005, ப. 29), இன்று அனைத்துச் சொந்தங்களையும் இழந்து மறுவாழ்வுக்கு திண்டாடும் சுனாமியால் பாதிக்கப்பட்ட பெண்களுக்குப் பயிற்சி அளித்து, அவர்களைக் கைதூக்கி விடும் முயற்சியில் ஈடுபட்டுள்ளார். வாழ்வில் சோகம் எனும் மேகம் சூழ்ந்தாலும் அதனைக் கிழித்துக் கொண்டு முன்னேற இயலும் என்பதற்கான ஊக்கம் அளிக்கும் கட்டுரை.

உற்றார் நண்பர்களை நம்பிக் கடன் கொடுக்க, வாங்கினவர்கள் கடனைத் திருப்பித் தராமல் ஏமாற்றி ஒரு குடும்பத்தைத் துயரின் இறுதி வரை ஓடவைத்த கதை முத்துச் செல்வியின் குடும்பக்கதை. உயரமான இடத்தில் இருந்து பள்ளத்தில் வீழ்ந்தால் அடியின் தாக்கம் அதிகமாகத் தானே இருக்கும்? பிஸ்கட் டின் (Biscuit Tin) மூடிகள் செய்யும் தொழிலில் கொடிகட்டிப் பறந்த கதிரேசன் நண்பர்களை நம்பி ஏமாற, தொழிலும் ஏமாற்றிய நிலையில் தன் குடும்பத்துடன் தற்கொலை செய்து கொள்ளும் எண்ணத்திற்கு வந்த கதிரேசனின் சிந்தனையை மாற்றி, தன் குடும்பத்தை மீண்டும் தூக்கி நிறுத்தி உள்ள உறுதிமனம் கொண்ட பெண்ணான முத்துலட்சுமியின் (ஆக. 12, 2005) கதை, சிறு சிக்கலைக்கூட எதிர்கொள்ள

முடியாத மனநிலை கொண்ட மகளிர் அறிந்துகொள்ள வேண்டிய ஒன்று.

விதியைத் தன் முன் தலை கவிழ வைத்தவர் ஜெயலட்சுமி. துரத்தித் துரத்தி அடித்த விதியின் சதியைச் சவாலாக எடுத்துப் போராடி வெற்றிக் கனி பறித்தவர் இவர் (ஆக. 26, 2005). இன்று மயிலாடுதுறையில் மகத்தான கல்வி நிறுவனமாக விளங்கும் ராஜ் மெட்ரிகுலேஷன் மேல்நிலைப் பள்ளியின் உரிமையாளர் ஜெயலட்சுமி. இந்நிலையை அடைவதற்கு தன் வாழ்வில்த் தொடர் போராட்டங்களைச் சந்தித்தவர். வாழ்க்கையோட சவால்களுக்கு வருத்தப்பட்டிருந்தால் இன்று இப்படியொரு நிலையை நான் எட்டி இருக்க முடியாது. கஷ்டம் கவலைகளை எல்லாம் உடம்பிலே ஒட்டிக்கிட்ட அழுக்கு மாதிரி நினைத்துத் துடைத்துப் போட்டுட்டுப் போய்க்கிட்டே இருக்கணும். ஒவ்வொரு துளி கண்ணீருக்குப் பின்னாலயும் வெற்றி ஒளிஞ்சிருக்கு எனும் ஜெயலட்சுமியின் வார்த்தைகள் பெண்களுக்கு உரம் ஊட்டுபவை.

தன் கணவர் அழகுராஜன் நடத்தி வந்த 'டால்பின் டிராவல் ஏஜென்ஸியினை' அவரால் மேற்கொண்டு நடத்த இயலா நிலையில் தானே துணிவுடன் எடுத்து நடத்தி, இன்று சென்னை நகரில் டிராவல்ஸ் தொழிலை நிர்வகிக்கும் ஒரே பெண் எனும் சிகரத்தைத் தொட்டிருக்கும் வனிதா (டிச. 2, 2005). பெண் நினைத்தால் எத்தகைய கடினமான வேலையினையும் செய்து சாதனை படைக்க முடியும் என்பதற்கோர் எடுத்துக்காட்டு.

புதுமையான தொழிலில் சாதனை படைத்த பெண் ஒரு புறம் எனில், செய்து வந்த தொழிலை முற்றிலுமாக விட்டு, புத்தம் புதிதாக வேறொரு தொழில் தொடங்கி அதில் வெற்றியும் படைத்துக் காட்டியுள்ள நாச்சம்மை (ஜன. 27, 2006). தன் கணவருடன் இணைந்து மாவு மில் தொழிலில் முத்திரை பதித்து வரும் நிலையில், நோயினால் கணவர் இறந்துவிட, பின் பலவித இன்னல்களுக்கு ஆளாகி, தனக்குத் தெரிந்த மற்றொரு வேலையான தையலில் ஈடுபட்டு இன்று 'நாச்சாஸ் தையல் பயிற்சி நிலையத்தின்' உரிமையாளராகப் பரிணமித்திருக்கும் நாச்சம்மை, தன்னிடம் சுமைகளை இறக்கி வைக்க வரும் பெண்களிடம், சோதனைகளைக் கடந்து வந்து வெற்றியினைப்

படைத்த தன் கதையினையே கூறி ஊக்கமளித்து வருவதாகக் கூறுகிறார்.

நகர்ப்புறப் பெண்கள் மட்டும் சாதனை படைப்பதில் வல்லவர்கள் அல்லர். கிராமப்புறப் பெண்களும் சாதனை படைப்பதில் சளைத்தவர்கள் அல்ல என 'அவள்' விகடன் வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டுவது சிறப்பு. ஏம்பலம் எனும் சிறிய கிராமத்தில் பிறந்து, முழுக்கக் கிராமச் சூழலில் வளர்ந்து பத்தாவது வரை மட்டுமே படித்த உஷாராணி. இன்று சுற்று வட்டார மக்களுக்கு ஒரு கலங்கரை விளக்காக, கணினியைக் கையாள்வதில் நிபுணராகத் திகழ்வதுடன், 2003ஆம் ஆண்டு சுவிட்சர்லாந்து நாட்டில் நடந்த தகவல் தொழில்நுட்ப உச்சி மாநாட்டில் கிராமப்புறப் பிரதிநிதியாகக் கலந்து கொண்டுள்ளது, இவர் தொட்டிருக்கும் சிகரத்தில் ஒரு சிறகு. எம்.எஸ். சுவாமிநாதன் ஆராய்ச்சி மையத்தின் அலுவலகம் ஒன்று இவருடைய கிராமத்தில் உள்ளது. விவசாயிகளுக்கு நவீன விவசாயம் குறித்து, ஆர்வமும் அடிப்படைக் கல்வியும் உள்ளவர்களுக்கு கணினிப் பயிற்சியும் அளித்த அந்நிறுவனத்தில் சேர்ந்த உஷா கணினிக் கல்வி அறிவினைச் சிறப்பாகப் பெற்றுள்ளார்.

'நான் இந்த அளவுக்கு உயர்ந்ததுக்கு முக்கியமான காரணம் என்வீடு தான்; அடுத்து, நான் வளர்ந்த கிராமத்துச் சூழ்நிலையும் அங்கே கிடைச்ச வாய்ப்புகளை நான் பயன்படுத்திக் கிட்டதும்தான். நாம இருக்கிற சூழலையும் கிடைக்கிற வாய்ப்புகளையும் சரியான முறையில் பயன்படுத்திக்கிட்டா, எந்தக் குக்கிராமத்துல இருக்கிற பெண்ணும் எவரெஸ்ட் சிகரம் என்ன, அதுக்கு மேலேயும் போய்த் தொடலாம்! எனக் கூறும் உஷா. 2004ஆம் ஆண்டிற்கான 'விர்ச்சுவல் யூனிவர்ஸிட்டியின் பெல்லோஷிப்' விருதினை ஜனாதிபதி அப்துல்கலாமிடமிருந்து பெற்றிருப்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

புதுவிதமான 'ஜீன்' குறைபாட்டினால் 3 அடிக்கு மேல் வளராத பிரியா எம்.சி.ஏ. படித்து வாழ்வில் முன்னேறியுள்ளது, காசநோய், மஞ்சள் காமாலை, சிறுநீரக மாற்று அறுவை சிகிச்சை எனப் பல நோய்களுக்கு உள்ளாகியுள்ள சாந்தி, தற்பொழுதும் நோயிலிருந்து விடுபடாமல் உடல் சீர்கேட்டிற்கு

உள்ளாகி உள்ள பொழுதும், மருத்துவமனைகளில் உள்ள பிற நோயாளிகளுக்குக் 'கவுன்சிலிங்' செய்வதன் மூலம் அவர்கள் மனச்சோர்வினை அகற்றிப் புதுமை செய்து வருகிறார். 'சாதனைப் பெண்மணி விருதினைப் பெற்றுள்ள' சாதனைப் பெண் பிரபாவின் உயரமோ இரண்டடி. சாதாரணப் பாய் மேலே விழுந்தாலும் இடுப்பெலும்பு நொறுங்கிவிடும் ஆஸ்டியோ ஜெனீசியஸ் இம்பெர்ஃபக்டா எனும் எலும்பு தொடர்பான நோய் உள்ள இவர் தொடர்ந்து மூன்று மணி நேரம் கூட அமர இயலாதவர். எனினும், தன்னை நேர்த்தியாக அலங்கரித்துக் கொண்டு தன்னம்பிக்கை மிளிரச் சிரித்துக் கொண்டு உயர்ந்து நிற்கும் மனஉறுதி. ஓவியம் வரைவதில் தனக்குள்ள ஆர்வத்தினைக் கொண்டே இமயம் தொட முயற்சிக்கும் பிரபா; இவரைப் போன்றே 'மஸ்குலர் டிஸ்ட்ரஃபி' எனும் கொடிய தசைநோயால் பாதிக்கப்பட்டுள்ள அனுராதா, மருத்துவமனை ஒன்றில் ஓ.பி. சீட்டுப் பிரிவில் பணிபுரியும் உறுதி. விரல்களின், கால்களின் இயக்கம், வாய்த்தசை என ஒவ்வொரு உடல்உறுப்பாகச் செயலிழந்து கொண்டு வந்தாலும், சராசரி மனிதர்களுக்குச் சவால் விடும் வகையில் சக்கர நாற்காலியில் அமர்ந்துகொண்டே வேலை செய்யும் திறன்; தளர்ச்சி வந்தாலும் ஊக்கம் உள்ளவர்கள் நிலை தளரமாட்டார்கள் என்ற வள்ளுவரின் சொல்லுக்கு வாழும் உதாரணமாகத் திகழும் கவிதா என வாழ்வில் இன்னல்களுக்கிடையே முன்னேறியுள்ள பலரின் வாழ்வுக் கட்டுரை 'சிகரம் தொட்ட கதை'யில் இடம்பெற்றுள்ளது.

பெண் எப்பொழுதும் பிறரைச் சார்ந்திருப்பவள்; பலவீனமான பாலினம்; சின்னச் சின்ன விஷயங்களுக்கே கண்ணீர் உகுப்பவள் என்பவை போன்ற பெண் குறித்த எண்ணங்களை, இக்கட்டுரைகள் புரட்டிப் போடவல்லவை. பெண் நினைத்தால், வான் உச்சியைக் கூட எளிதில் தொட்டு விடுவாள் என உணர்த்தும் இக்கட்டுரைகள் பிற பெண்களின் முன்னேற்றத்திற்கு அளிக்கும் ஊட்ட மருந்தாகும்.

2) சின்ன ஐடியா பெரிய இலாபம்

ஜனவரி 27, 2006 இதழில் இருந்து இத்தலைப்பிலான கட்டுரை இடம்பெறுகின்றது.

"வீட்டில் இருந்தபடி குடும்பத்தைப் பார்த்துக் கொண்டே தங்கள் உழைப்பால் வருமானம் சேர்க்க நினைக்கும் சகோதரிகளை மனதில் கொண்டு, வருவாய் கொட்டும் பிஸினஸ் ஐடியாக்களின் அணிவகுப்பு தொடங்கியிருக்கிறது. கூடவே, இந்த ஐடியாக்களைச் செயலாக்கி, இன்று வெற்றிகரமாகப் பிஸினஸ் செய்யும் பெண்மணிகளின் ஆனந்த அனுபவங்களையும் தருகிறோம். அது உங்கள் நம்பிக்கையைக் கூட்டும்.... பயனுள்ள வழிகாட்டியாக அமையும்" என இக்கட்டுரை குறித்த முன்னுரையினை, இதழின் ஆசிரியர் தலையங்கத்தில் குறிப்பிடுகின்றார். அத்துடன் கட்டுரையின் முன்னுரையில்,

"எந்த ஒரு பாதையுமே சிறுபுள்ளியில்தான் தொடங்குகிறது. எந்த ஒரு வெற்றிகரமான பிஸினஸும் சின்ன ஐடியாவில் தான் ஆரம்பமாகிறது. அப்படி, பெரிய லாபம் தரும் சின்ன ஐடியாக்களை உங்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தவே இந்தப் புதிய பகுதி". எல்லோருக்கும் நல்ல நேரம் ஒன்று. வாழ்க்கை ஒன்று இருக்கிறது. உங்கள் வாழ்வில் அவை இப்போதே மலரட்டும். அடுத்தடுத்து அணி வகுக்கப் போகும் ஐடியாக்களைக் கவனியுங்கள். உங்கள் சூழலுக்கு அவற்றில் எது பொருந்தும் என்று பாருங்கள். வெற்றிப்படிக்கட்டில் கால் வையுங்கள்! எனும் நம்பிக்கை தரும் வாசகங்கள் இடம் பெறுகின்றன. அனைத்து மகளிருக்கும் என்றும் பயனளிக்கும் வகையில் 'சின்ன ஐடியாக்கள்' இங்கு அட்டவணை வடிவில் இடம்பெறுகின்றன.

சின்ன ஐடியா	தேவை	பெரிய இலாபமாகச் சாதித்த மகளிர்
பணிபுரியும் மகளிர்க்கான விடுதி (Working Women's Hostel)	சென்னையில் இன்று பெருகிவரும் தொழில் வாய்ப்புகளுக்கேற்ப, பிற ஊர், மாநிலங்களிலிருந்து வேலை தேடி வரும் மகளிர் எண்ணிக்கை பெருகியுள்ள நிலையில் அதிக வருவாய் தரும் தொழில்	மீனா & முத்து தம்பதியர் (ஜன. 27, 2006, ப. 8)
வாகனம் ஓட்டப்பயிற்சி அளிக்கும் பள்ளி (Driving School)	பணிபுரியும் மகளிர் எண்ணிக்கை பெருக்கம்; பேருந்து நெரிசல், இடி ராஜாக்கள் தொல்லையிலிருந்து விடுதலைபெற நிறைய மகளிர் வாகனம் ஓட்டுவதில் காட்டும் ஆர்வம்	'வள்ளி டிரைவிங் ஸ்கூல்' உரிமையாளர் வள்ளி (பிப். 10, 2006. ப. 6)

சின்ன ஐடியா	தேவை	பெரிய இலாபமாகச் சாதித்த மகளிர்
பிளாஸ்டிக் பூச்செண்டு தயாரித்து விற்றல்	பன்னாட்டுநிறுவனங்களின்வருகை; மாறிவரும் மக்களின் வாழ்க்கைச் சூழல்; பெருகியுள்ள அழகுணர்ச்சி; அலுவலகம், கல்லூரிகளின் உள் அலங்கார அமைப்பில் செலுத்தும் கவனம். பிரியமானவர்களுக்கு அளிக்க	ராஜகாந்தி
சிறு குழந்தைகளுக்கான விளையாட்டுப் பள்ளி (Play School)	படித்துவிட்டு, முழு நேரப் பணிக்குச் செல்லமுடியாத அன்புள்ளம் கொண்ட மகளிர் எவராயினும், பணிக்குச் செல்லும் பிற மகளிரின் இளம் மழலைகளைக் கொண்டு இப்பணியினை மேற்கொள்ளலாம்	பிரக்ருதி மழலையர் பள்ளி உரிமையாளர் ஹேமலதா
ஊறுகாய் தயாரிப்பு	முக்கியமான உணவுப் பொருள்; கைமணத்துடன் நிறையப் பேரால் செய்ய இயலாத நிலை	டார்வென் அக்ரோ எகோ - பயோ வென்ச்சர்ஸ் (ப.லி) லிட் நிர்வாக இயக்குநர் சங்கர லெட்சுமி (மார்ச், 24, 2006, ப. 82)
காய்கறி நறுக்கிப் பொட்டல மாகத் தயாரித்து விற்றல் (பூண்டு, வெங்காயம் போன்றவற்றை உரித்தல்)	பணிபுரியும் மகளிரைத் தேடிச் சென்று விற்பனை செய்வதால் தொழில் வளர்ச்சி பெறுதல், பணிக்குச் செல்லும் மகளிரின் பளு இதன்மூலம் குறைக்கப் படுகின்றது	கல்வியறிவு இல்லா பெண் சிறியபுஷ்பம் மகள் பிரமீளா மற்றும் காய் நறுக்கித் தர வரும் சுற்றுப்புறத்தில் வசிக்கும் இல்லத் தரசிகள் (ஏப். 7, 2006, ப. 92)
சிற்றுண்டி தயாரித்து அலுவலகங்களில் விற்றல்	அலுவலகத்தில் பசியுடன் பணி புரிவோருக்கு மாலை நேரங்களில் சிற்றுண்டி கிடைத்தால் நன்றாகச் செய்வதென்னவோ சமோசாவும் சுண்டலும்தான். அதன் தேவையோ பசி நேரத்திற்கு மிக அவசியமானது	மயிலாப்பூரைச் சேர்ந்த தங்கமணி (மே. 26, 2006, ப. 78)

முத்துமணி மாலை தயாரித்து விற்றல்	தங்கம்விற்கும் விலையில் முத்து மாலைகள், கவரிங் நகைகள் பெறும் அதிக வரவேற்பு; இளம்பெண்களி டையே உடைக்குத் தோதாக அணியக் கிடைக்கும் அழகழகான மாலைகள்	உமா ராஜேந்திரன் (ஜுன், 23, 2006,
அழகான ஆரத்தித் தட்டு	திருமணம், பிறந்த நாள், சடங்கு, சீமந்தம் முதலிய விழாக்களுக்குத் தேவை	கொடுங்கையூர் அனுசூயா (ஜுலை 7, 2006, ப. 94)
இட்லி தோசை மாவு தயாரிப்பு	முதியோர், பணிக்குச் செல்வோர், அறை எடுத்துத் தங்கியிருக்கும் இளைஞர்கள் அனைவருக்கும் தேவையான ஒன்று	உஷாராணி (செப். 15, 2006, ப. 94)
இரவு நேரத் தள்ளுவண்டி உணவகம்	சிறுதொழில் செய்வோர், தனியாக வசிக்கும் இளைஞர்களுக்குப் பயனளிக்கும்	கேரளாவைச் சேர்ந்த சுலேகா

எண்ணத்தில் புதுமை, கற்பனைத் திறன், உழைக்கச் சலிக்காத மனம் இவை இருந்தாலும் வாழ்வில் முன்னேற்றமடைய வழியா கிடைக்காது? எனச் சிந்திக்கத் தூண்டும் தொடர். இங்குச் சில எண்ணங்கள் மட்டுமே தரப்பட்டுள்ளன. இது வெறும் விதைதான். தளர்ச்சியின்றிச் சிந்தித்தால் இன்னும் நிறைய வழியுண்டு.

இரவு நேரத் தள்ளுவண்டி உணவகத் தொழில் நடத்தும் சுலேகாவிற்கு, அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த சிட்டி பைனான்ஸ் நிறுவனம், "சுயதொழில் செய்து முன்னேறும் பெண்களை ஊக்குவிப்பதற்கான விருதினை" அளித்துள்ளது. தன் தொழில் காரணமாக விருதினையும், ஒரு இலட்சம் ரூபாய்ப் பணம் பரிசினையும் மத்திய அமைச்சர் முன்னிலையில் இவர் பெற்றுள்ளமை பிற பெண்களை ஊக்கப்படுத்தும் செய்தியாகும்.

3) நாணயம் விகடன்

திருமதி ராமநாதனின் 'லட்சுமி வந்தாச்சு' எனும் இக்கட்டுரைத் தொடர் பெயரிலேயே 'நாணயத்தினை' வைத்துக் கொண்டுள்ளது. நாணயத்துடன் நாணயம் பெற வழிவகுக்கும் கட்டுரை. முன்னேறத் துடிக்கும் மகளிருக்கு அருமையான வாய்ப்புக்களைக் கற்றுக் கொடுக்கும்

தொடர். கிராமப்புற மகளிர், நகர்ப்புற மகளிர், கல்வி கற்றவர், கற்காதவர் என அனைத்து மகளிரையும் தொழில் முனைவோராக மாற்றும் பகுதி. எளிய முதலீடு வரி நிறைந்த வருவாய் பெறும் முறையினைக் கற்றுத் தரும் இக்கட்டுரை இன்றைய சூழலில் மிகவும் தேவையானதென்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

கடல்பாசி வளர்க்கும் திட்டம்; கடலோரக் கிராம மகளிர்க்கான தொழில்திட்டம்- 'கப்பா பைகஸ் அல்வாரசி' எனப்படும் கடல்பாசி வகை. ஐஸ்கிரீம், பற்பசை, சமையல் பொருட்கள், மருந்துகள் ஆகியவற்றில் பயன்படுத்தப்படும் பாசியை வளர்ப்பது தான் தொழில். கடலோரப் பகுதிகளில் 200 மீட்டர் தூரத்தில் இதை வளர்க்க முடியும்; முதலீடு 600 ரூபாய்; 45 நாட்களில் அறுவடை செய்ய இயலும்; இதன் மூலம் 15 ஆயிரம் ரூபாய் கிடைக்கும் முதலான தகவல்களுடன், பயிர் செய்யும் முறை குறித்தும் கட்டுரை விளக்குகிறது.

பள்ளி மாணவர்களைக் கல்விச் சுற்றுலா அழைத்துச் செல்ல ஏற்பாடு செய்து தரல்; பள்ளிகளுக்குச் சென்று கைவினைக் கலையைக் கற்றுத்தருவது; சிந்திக்கும் திறமையை அதிகப்படுத்தி மாணவர்களின் திறமையை வெளிக்கொண்டு வரும் விதமாகப் பயிற்சி வகுப்புகள் நடத்துவது இவையனைத்தும் கல்வியறிவு பெற்ற மகளிர்க்கான தொழிலாகும். இத்துடன் தற்பொழுது பெருகி வரும் வேலைவாய்ப்பினை அளிக்கும் 'மெடிக்கல் டிரான்ஸ்கிரிப்ஷன்' (ஒலி வடிவில் வரும் நோயாளிகள் குறித்த மருத்துவக் குறிப்புகளை, அச்சு வடிவில் தட்டச்சு செய்து அனுப்புதல்) எனும் பணியினையும் தொடர் விளக்கியுள்ளது.

இல்லத்தரசிகளுக்காகப் பருத்திப் புடவைகளுக்குக் கஞ்சி போட்டு மெருகேற்றுதல், பங்கு வர்த்தகம், அலுவலகங்களுக்கு மலர்ச்செண்டு தயாரித்து அளித்தல், இட்லி மாவு தயாரித்து விற்றல் எனப் பல தொழில்களைக் கற்றுத் தருகிறது.

இக்கட்டுரையின் சிறப்பு ஒவ்வொரு தொழிலின் செய்முறை, விற்பனை செய்முறை போன்றவற்றையும் விளக்குவது. சிறிது கல்வியறிவு பெற்ற மகளிரும் எளிதாகப் படித்துப் புரிந்து கொண்டு தொழில் முனைய இயலும் அல்லது மகளிர் குழுக்களாக இணைந்து செய்வது தொழில் மிளிர வகைசெய்யும். மகளிர் தம் சொந்தக் காலில் நிற்க இயலும் என்பதற்கான நம்பிக்கையினை இப்பகுதி ஊட்டுகின்றது.

4) மாண்புமிகு மகளிர் குழுக்கள்

மகளிர் முன்னேற்றம் என்பது உறுதியுடன் தம் வாழ்விற்குப் பொருளீட்டிச் சொந்தக் காலில் நிற்பதில் இருக்கின்றது. படிப்பு, உடல்

ஊனம் இன்னபிற காரணிகள் பெண்களின் முன்னேற்றத்திற்குத் தடை போட இயலாது. இரண்டு மகளிர் இணைந்தாலே வெறும் பேச்சுப் பேசி பொழுதைக் கழிப்பர். குழுவாகச் சேர்ந்தாலோ சண்டையில் முடியும் என்பது உலகத்தாரின் பொது எண்ணம். இந்நினைப்பினை மாற்றுகின்றது மாண்புமிகு மகளிர் குழுக்களின் செயல்பாடுகள். பொருளாதாரத்தை மேம்படுத்திக் கொள்ளும் பல வழிகளில் ஒன்று சுயவேலை முயற்சி. அம்முயற்சியினையும் மகளிர் குழுக்களாக மேற்கொள்ளும் பொழுது பலன் பன்மடங்காகிறது. அவ்வகையில், 'மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள்' தமிழ்நாடு முழுவதிலும் பரவி, தம் இருப்பினையும் சக்தியையும் புலப்படுத்தி வருகின்றது. மகளிர் குழுக்களின் இன்றியமையாத செயற்பாடுகள் கட்டுரைகளாக 'அவள்' விகடனில் இடம்பெற்று, பிறமகளிரின் முன்னேற்றத்திற்குத் திறவுகோலாக அமைகின்றது.

சுற்றுவட்டாரத்தில் தொழிற்சாலை ஏதும் இல்லை. செழிப்பான பகுதியும் இல்லை; வறுமைக்கோட்டிற்குக் கீழ் வாழ வகை தெரியாமல் சோர்ந்து கிடந்த குடும்பத்துப் பெண்களை ஒன்று திரட்டி அவர்களின் சக்தியை அவர்களுக்கே அறிமுகப்படுத்தியுள்ளார் சுசீலா (ஜூலை 29, 2005, ப. 84) கன்னியாகுமரி மாவட்டம், திக்கணங்கோடில் அமைந்துள்ள சொல்லாய் கிராமம் தான் மேற்குறிப்பிட்ட இடம். இங்கிருக்கும் தென்னந் தோப்புக்குள் சிறிய தொழிற்சாலையினையே அமைத்துச் செயல்பட்டு வருகிறது 'டான்வா' பண்ணை மகளிர் குழு. கோதுமை ரவை, அரிசி மாவு, மசாலா பொடி தயாரித்துப் பொட்டலத்தில் போட்டு விற்றல் ஒரு பக்கம், வண்ண வண்ணப் பூங்கொத்துத் தயாரிப்பு மறுபுறம், தையல் இயந்திரத்தின் சத்தம் மறுபுறம் என 'டான்வா' மகளிர் குழுவினர் சுறுசுறுப்பாக இயங்கி, குடும்பத்தின் பொருளாதாரச் சுமையைத் தங்களது தோளில் சுமக்கும் வலிமையைப் பெற்றுள்ளனர். இதே போன்று உருகும் மெழுகால் பெருகும் வருவாய் பெறும் தேனாம்பேட்டை 'சோதிமயா' சுய உதவிக் குழுவினர்; சோப்புத் தொழிலால் சுகப்படும் அன்னை சத்யா மகளிர் சுய உதவிக் குழுவினர்; தேன் தொழிலால் தன் வாழ்வினை இனிப்பாக மாற்றிக் கொண்டுள்ள குமரி மாவட்டம் முல்லை மகளிர் சுயஉதவிக் குழுவினர்; உடல் குறைபாடுடைய மகளிர் ஒன்றுகூடி, குழுவினை அமைத்து, வைக்கோலால் வாழ்த்து அட்டைகள் தயாரித்துத் தன் வாழ்விற்கு ஓர் அர்த்தம் தேடி, மனதில் உறுதி இருந்தால் போதும், உடல் ஊனம் ஒருவரை முடக்கிப் போட முடியாது எனத் தம் திறமையினை நிறுவியுள்ள அயனாவரம் அன்னை மகளிர் சுய உதவிக் குழுவினர் என

மகளிரின் சுயவேலைவாய்ப்புச் சாதனைப் பட்டியல் நீள்கிறது. ஒரு பெண் நினைத்தால் தன் குடும்பத்திற்கு மட்டுமல்ல; ஊருக்கே நன்மை விளைவிக்க முடியும் என்பது செயலாக்கம் பெற்றுள்ளது. கல்லமநாயக்கன் பட்டியின் சுயஉதவிக்குழு. ஊரே தக்க குடிநீர் இன்றித் தடுமாறிக் கொண்டு இருக்கும்பொழுது, இச்சுய உதவிக் குழுவினர் 'மினரல் வாட்டர் பிளான்ட்' எனப்படும் நீர் சுத்திகரிப்பு மையத்தினை உருவாக்கிக் கிராமத்திற்கே குடிநீர் வழங்கி வருகின்றனர். 'ஒரு பெண்ணின் முன்னேற்றம் நாட்டின் 'முன்னேற்றம்' என்பதை உறுதிப்படுத்துகிறது இக்கட்டுரை.

2. விழிப்புணர்வுக் கட்டுரைகள்

'அவள்' அனைத்துத் தரப்பு மகளிரின் கைகளிலும் தவழும் இதழ். இதழினைப் படிக்கும் மகளிர் தொழில் முறை நுட்பங்களை அறிந்து கொள்ளும் பொருட்டுப் பல்வேறு தொழில் முறையினைப் பயிற்றுவிக்கும் அதே சமயம், மகளிர் விலகி வீட்டிலோர் பொந்திலோ இராமல், உலகளாவிய அறிவினைப் பெற வேண்டும் என்பதற்கான முயற்சியினையும் மேற்கொண்டுள்ளது. 1) ஈஸியா பேசலாம் இங்கிலீஷ், 2) மோட்டார் விகடன், 3) நாடென்ன செய்வது நமக்கு, 4) நுகர்வோர் ராஜாங்கம், 5) தஞ்சம்மா மஞ்சம்மா இவற்றுடன் சுற்றுச்சூழல் விழிப்புணர்வினையும் மகளிர் பெற வேண்டும் எனும் எண்ணத்தில் 'பசுமை' குறித்த கட்டுரைகள் என விழிப்புணர்வுக் கட்டுரைகளின் பட்டியல் நீள்கிறது.

1) ஈஸியா பேசலாம் இங்கிலீஷ்

தகவல் தொழில்நுட்பமும் மின்னணுவியலும் உச்சத்தில் போய்க் கொண்டிருக்கும் நேரம் இது. வெளி நாட்டு வேலை வாய்ப்புகள் வீட்டுக் கதவைத் தட்டுகின்றன. இவற்றைப் பயன்படுத்திக் கொள்ள ஆவல் பொங்குகிறது. கல்வியிலும் உலக அறிவிலும் தேர்ந்திருந்தும் கூட, சரளமாக ஆங்கிலம் பேச முடியாத ஒரே காரணத்தால் வாய்ப்புகளைப் பயன்படுத்த முடியாமல் வீட்டுக்குள் முடங்க வேண்டியதாகிறது. ஆங்கிலம் பேசுவதற்கான எளிய வழிகளைச் சொல்லித் தாருங்கள் என வாசகியர் பலரிடமிருந்து வந்த கடிதத்திற்கு முன்னுரிமை கொடுத்து இப்பகுதியினைத் தொடங்குவதாக ஆசிரியர் 'நமக்குள்ளே' பகுதியில் தெரிவித்துள்ளார் (ஜன.27, 2006)

"இங்கிலீஷ் பேசறது பெரிய விஷயமில்லை. அதைச் சரியாப் பேசணும்!" என்ற கருத்தை அடிக்கடி வலியுறுத்தும் ஆங்கில

விரிவுரையாளர் அனந்த சாய் என்பவரைக் கொண்டு இப்பகுதியினைத் தொடங்குவதாகக் கட்டுரையின் முன்னுரையில் ஆசிரியர் அறிமுகப்பகுதி இடம்பெற்றுள்ளது. மேலும், இவ்ஆசிரியரின் பாடங்கள் ஆசிரியர் பயிற்சி மாணவர்களுக்கு பாடமாக இருப்பதையும், 'அவள்' வாசகிகளை ரொம்ப ஈஸியாக இங்கிலீஷ் பேச வெச்சிடறேன் எனும் ஆசிரியரின் உறுதியினையும் அறிமுகப்பகுதித் தெளிவுபடுத்தி உள்ளது. உரிய ஆசிரியரைக் கொண்டே, சீரிய முறையில் இப்பகுதி இயங்கும் என்பதை இப்பகுதியே உறுதிப்படுத்துகிறது.

உரையாடல் பாணியில் கட்டுரை அமைக்கப் பட்டிருப்பது சிறப்பானதாகும். உஷாமேம் (விரிவுரையாளர்), பட்டப்படிப்பு முதலாம் ஆண்டு பயிலும் மாணவி வித்யா, விரிவுரையாளர் வீட்டு மாடியில் குடியிருக்கும் கோமதி மூவரும் உரையாடுகின்றனர். மூன்றாவது இதழிலேயே, பட்டப்படிப்பு முடித்தும் ஆங்கிலம் பேச இயலாமல் இருந்து, இந்தக் கட்டுரையினைப் படித்தபின் அக்கவலையைத் தொலைத்ததாக ஏராளமான வாசகியர் பாராட்டு தெரிவித்துள்ளதாக வெளியிடப்பட்டுள்ள செய்தி, இக்கட்டுரை வாசகியரைச் சென்றடைந்துள்ள விதத்தினைப் புலப்படுத்துவதாக உள்ளது. ஆங்கிலம் பேசுவதில் உள்ள துல்லியமான, நுணுக்கமான செய்திகளையும் கட்டுரை வழி அனந்த சாய் கற்றுத் தருவது குறிப்பிடத்தக்கது.

2. மோட்டார் விகடன்

"வேலைக்குச் செல்லும் பெண்கள் பெருகிவரும் இந்த நேரத்தில் அவர்களுக்கு வாகனங்களைப் பயன்படுத்துவதில் உள்ள சின்னச் சின்ன விஷயங்களையும் எடுத்துச் சொல்ல மோட்டார் விகடன் பகுதி பயன்படும் எனும் இதழாசிரியரின் நோக்கத்தினைச் செம்மையாகச் செயல்படுத்துகிறது கட்டுரை. கட்டுரையின் ஆசிரியர் விஜயலட்சுமி ராமாமிர்தம். கட்டுரையினைச் சற்றும் தொய்வின்றி, எளிய நடையில் அனைவருக்கும் புரியும் வண்ணம் எழுதியுள்ளமை தனிச் சிறப்பு.

கட்டுரையின் சிறப்புப் பாத்திரம் அத்தை, பிரேமா, உமா, இருவருக்கும் அத்தை 'வாகனம்' குறித்த அறிவினைப் புகட்டுவதாகக் கட்டுரை அமைகின்றது.

பெயர் பெற்ற நிறுவனங்களின் வண்டிகளை வாங்கினால் நம்பகத் தன்மை இருக்கும்; அதன் உதிரிப் பாகங்கள் தட்டுப்பாடின்றிக் கிடைக்கும்; வண்டியில் கோளாறு ஏற்பட்டால் சரி செய்வதற்கான

பராமரிப்பு மையங்கள் (சர்வீஸ் சென்டர்) அதிக இடங்களில் காணப்படும்; அவரவர் உயரம், எடைக்கு ஏற்றபடியான வண்டியினைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும் என வண்டி வாங்கும்போது மகளிர் கவனிக்க வேண்டிய அடிப்படைச் செய்திகளைக் கட்டுரையின் முதல் பகுதி தருகின்றது.

> "ஸ்ட்ரோக்னா அது இன்ஜின்ல இருக்கிற பிஸ்டனோட நகர்வைக் குறிக்கும். பெட்ரோலை உறிஞ்சுறது, அழுத்தறது, சக்தியா மாத்துறது, எரிச்சபிறகு மீதம் இருக்கிற கழிவுகளை வெளியேத்துறதுனு வண்டியோட இன்ஜின் நாலு வேலைகளைச் செய்யுது. இதுக்காக, இஞ்ஜினுக்குள்ளே இருக்கிற பிஸ்டன் மேலயும் கீழயும் ஏறி இறங்கும். ரெண்டுமுறை இப்படி நகர்ந்து, இந்த நாலுவேலையையும் செஞ்சா அதுக்குப்பேர் இரண்டு ஸ்ட்ரோக் இன்ஜின்" (சன.27, 2006,ப.84).

என வண்டி குறித்த நுணுக்கமான செய்தியினை அத்தை கற்றுத் தருவது வண்டி வாங்கும் மகளிருக்குப் பயனளிக்கும்.

வண்டி காப்பீடு செய்வது (Insurance), இயற்கைச் சீரழிவுகளால் பாதிக்கப்பட்டாலோ திருடு போனாலோ என்றில்லை. வண்டியை ஓர் இடத்திலிருந்து இன்னொரு இடத்துக்குப் புகைவண்டி அல்லது வேறு ஏதாவது வாகனத்திலோ கொண்டு போகும்போது பாதிக்கப்பட்டாலும் கூட நஷ்ட ஈடு பெறமுடியும்; விபத்து ஏற்படும் பொழுது நஷ்ட ஈடுபெற அணுக வேண்டிய முறைகளாக,

> "வண்டி காணாமல் போயிட்டா, உடனடியா அந்த விபரத்தைக் காவல் நிலையத்தில் தெரிவிக்க வேண்டும். குறைந்தது மூன்று மாதத்திற்குப் பிறகும் வண்டி கிடைக்காவிடில் 'வண்டியைக் கண்டுபிடிக்க முடியவில்லை'னு சான்றிதழ் கொடுப்பாங்க. அதை வைத்துக் காணாமல் போன வண்டிக்கான நஷ்ட ஈடு வாங்க முடியும்."

எனக் கற்றுத் தருகின்றனர். அத்துடன் வாகனம் ஓட்டுநர் உரிமம் வாங்கும் முறை போன்றவற்றையும் பாதுகாப்புச் செய்திகளையும் (துப்பட்டாவினை இறுகக் கட்டிக் கொண்டு வண்டி ஓட்டுதல், தலைக்கவசம் அணிய வேண்டியதன் இன்றியமையாமை, அணிய

வேண்டிய காலணி, வண்டியில் உட்கார்ந்து ஓட்டும் முறை) போன்றவற்றையும் இக்கட்டுரை விளக்குகிறது. மேலும் வண்டியில் ஏற்றக்கூடிய பளுவின் அளவு, வண்டியில் இருக்க வேண்டிய காற்றழுத்தம் உள்ளிட்ட பல செய்திகளையும் கட்டுரை விவரித்துச் செல்வது பயனுள்ளதாக அமைகின்றது.

ஜூலை 7, 2006 இதழில் இருந்து மோட்டார் விகடன் கட்டுரை அத்தையிடமிருந்து, இளமைத் துடிப்பு கொண்ட மோட்டார் மீனாவிடம் மாறுகிறது. "இவரை மோட்டார் பைத்தியம்" என்று கூடச் சொல்லலாம். அந்த அளவுக்குப் பழைய, புதிய ஸ்கூட்டர்கள் மற்றும் கார்கள் மீது அலாதியான ஈடுபாடு கொண்டவர். டி.வி.எஸ். கம்பெனியின் தலைமை என்ஜினியரில் ஆரம்பித்துத் தெருவோர மெக்கானிக் வரை ஒருவரைக் கூட விட்டுவைக்காமல் அனைவருடனும் பேசி மோட்டார் தொடர்பான சகல விஷயங்களையும் கற்றுத் தேர்ந்தவர். சாலைப் பாதுகாப்புப் பற்றி அதிக விழிப்புணர்வு இருப்பதால், போலீஸ் கமிஷனரிலிருந்து டிரான்ஸ்போர்ட் கமிஷனர் வரை அனைவரையும் இவருக்குத் தெரியும்" என இவர் அறிமுகப் படுத்தப்படுகிறார். கட்டுரையில் சொல்லப்படப் போகின்ற செய்திகள் நம்பகத் தன்மையும், ஆதாரமும் கொண்டவை; உண்மையில் நலம் விளைவிக்கும் செய்திகளை மட்டுமே கட்டுரை அளிக்கும் என்பதற்கான முன்னோட்டமாக இவ்அறிமுகம் அமைகின்றது. மோட்டார் மீனா வாசகர்களின் ஐயங்களுக்கும் (வினா வழி) விடையளிப்பது கட்டுரையின் தனிச்சிறப்பு.

வேகத்துக்கும் மைலேஜுக்கும் என்ன தொடர்பு? என வாசகி ஒருவர் கேட்டுள்ள வினாவிற்கு,

> வாகனத்தை அதன் வடிவமைப்புக்கு ஏற்ப, குறிப்பிட்ட வேகத்துக்கும் சீராக இயக்கினால் மட்டுமே அதிகக் கிலோமீட்டர்கள் தரும் காரணம், கார்ப்பரேட்டரில் தான் பெட்ரோலும் காற்றும் ஒரு குறிப்பிட்ட சதவிகிதத்தில் கலவையாகி, இன்ஜினுக்குச் செல்கிறது. மிதமான வேகத்தில் வண்டி இயக்கப்படும்போது, இந்தச் சதவிகிதம் சீராகவும், பெட்ரோலின் பங்கு சரியான அளவிலும் இருக்கும். வண்டி அதன் வேக அளவை மீறும்போது, பெட்ரோலின் பங்கு அதிகமாவதும் வண்டி குறைவான கிலோ மீட்டர்களே தருகிறது

என விளக்கமான பதிலை அளிக்கின்றார். அத்துடன், கட்டுரையில், பாதுகாப்பாக வண்டி ஓட்டுவதற்கான வழிமுறைகளையும் கற்றுத் தருகின்றார். வண்டி டயர்களில் காற்றழுத்தம் சரியாக இருந்தால் பெட்ரோல் செலவைக் குறைக்கலாம் எனத் தற்காலத்திற்குத் தேவையான துணுக்குச் செய்திகளையும் ஆங்காங்கே அள்ளித் தருகின்றார் மோட்டார் மீனா. மோட்டார் குறித்த தகவல் மட்டுமின்றி, தற்பொழுது பெருநகரங்களில் ஏற்பட்டுள்ள வாகன நெரிசல், சாலைகளில் வாகன நெரிசலினைக் குறைப்பதற்கான வழிமுறைகள்; பெட்ரோல் விலை ஏறிக் கொண்டிருக்கும் நிலையில், எரிபொருள் வீணாவதை எப்படித் தடுப்பது? போன்று இன்றைய காலக்கட்டத்திற்கு மிகவும் தேவையான பல செய்திகளையும் அலசி, மகளிரிடையே மிகப் பெரிய விழிப்புணர்வினை இக்கட்டுரை ஏற்படுத்துகிறது.

3) நாடென்ன செய்யுது நமக்கு

> பெண்களின் நலனுக்காக அரசாங்கம் ஏராளமான திட்டங்களை அறிமுகப்படுத்தி, அவற்றைச் செய லாக்கியும் வருகின்றன. ஆனால், பலருக்கும் அந்தத் திட்டங்களைக் குறித்த போதுமான விவரங்கள் தெரிவதில்லை. கோட்டைக்கும் வீட்டுக்கும் பாலமாக இத்தகவல்களை எடுத்துரைக்கும் பகுதி இது

என இப்பகுதியின் தேவை குறித்து ஆசிரியர் தலையங்கத்தில் குறிப்பிடுகின்றார். இதனைப் படிக்கும் மகளிர், தமது உறவினர், நண்பர்களுக்கு எடுத்துக்கூறி அவர்களையும் பயனடையச் செய்ய முடியும்.

பெண்களுக்கு மரியாதை தருவதில் மட்டுமல்ல... பெண்களுக்கெனப் பல்வேறு நலத் திட்டங்களைத் தீட்டி அவற்றைச் செயல்படுத்துவதிலும் நம்நாடு உலகத்துக்கே முன்னோடியாகத்தான் திகழ்கிறது. அரசு செயல்படுத்திவரும் நலத்திட்டங்களை அறிமுகப் படுத்தி, வாசகியர்களுக்கு வழிகாட்டும் தொடர் எனும் முன்னுரையுடன் தொடங்கும் இப்பகுதி மகளிர்க்குப் பலவித நலத்திட்டங்களை எடுத்துக்காட்டி உள்ளது.

பெண் குழந்தைகள் பாதுகாப்புத்திட்டம் என்பது பெண் குழந்தைகளின் பாதுகாப்புக்காகத் தமிழக அரசின் சமூக நலத்துறை செயல்படுத்தி வரும் திட்டம் இது. ஒன்று அல்லது இரண்டு பெண்

குழந்தைகள் பெற்ற, கருத்தடை அறுவை சிகிச்சை செய்து கொண்ட பெண்களின் குடும்பம் இதனால் பயன்பெற முடியும் என இத்திட்டம் பற்றிக்கூறி, இதற்குக் கிடைக்கும் உதவித் தொகையின் அளவு, ஏழை, பணக்காரர் என்ற பாகுபாடின்றி எல்லோரும் பெறமுடியுமா? இத்திட்டத்தின் வேறு சிறப்பு என்ன? எங்கே விண்ணப்பிக்க வேண்டும்? இதற்கான விண்ணப்பம் எங்கே கிடைக்கும்? என்பது உள்ளிட்ட திட்டம் குறித்த பல்வேறு தகவல்களைக் கட்டுரை தருகின்றது (ஜன. 27, 2006, ப. 20).

அன்னை தெரசா ஆதரவற்ற பெண்கள் திருமணநிதி உதவித் திட்டம்: பொருளாதாரக் காரணங்களால் திருமணம் நடைபெறாமல் இருக்கும் ஆதரவற்ற பெண்களின் திருமணச் செலவிற்காக நிதி வழங்குவதுதான் இந்தத் திட்டம். இத்திட்டமும் தமிழக அரசின் சமூக நலத்துறை மூலமாகச் செயல்படுத்தப்படுகிறது.

தாய்-தந்தை இருவரையும் இழந்த பெண்கள், ஆதரவற்ற பெண்களாகக் கருதப்படுவார்கள்; சாதி மதப் பாகுபாடு இன்றி, குடும்பத்தில் ஒரு பெண் மட்டும் இந்த உதவியைப் பெறலாம். ஆண்டு வருமானம் 12 ஆயிரத்திற்குள் இருப்பவர்கள் தான் விண்ணப்பிக்க முடியும் என இத்திட்டம் குறித்த முழுமையான தகவல்களைக் கட்டுரை திரட்டித் தந்துள்ளது (பிப். 10, 2006, ப. 75).

டாக்டர் தருமாம்பாள் அம்மையார் விதவை மறுமணத் திட்டம்: விதவைப் பெண்களின் மறுமணம் என்பது நகர்ப்புறங்களில் கூட இன்றும் கேள்விக்குறியாகவே இருக்கிறது. அதனால், அதற்கு அரசு ரீதியில் ஆதரவு வழங்கவும், பொருளாதார உதவி அளிக்கவும் நடைமுறைப் படுத்தப்படும் திட்டம் இது எனத் திட்டத்தின் நோக்கம் முதலில் விளக்கப்படுகின்றது. பின்னர், கணவரை இழந்த எல்லாப் பெண்களுமே இதில் பயன்பெற முடியுமா? கணவர் இறப்புக்காக இழப்பீட்டுத் தொகை பெற்றிருந்தாலும், இந்தத் திட்டத்தில் உதவி கேட்டு விண்ணப்பிக்கலாமா? எந்த வயதில் மறுமணம் செய்து கொண்டால் உதவி கிடைக்கும்? கிடைக்கும் உதவித் தொகையின் அளவு; விண்ணப்பிக்க வேண்டிய முறை உள்ளிட்ட பயனுள்ள பல தகவல்களை இப்பகுதி தருகின்றது (பிப். 24, 2006, 74).

தமிழக முதல்வர் பொது நிவாரண நிதி எனப்படும் இத்திட்டத்தில் தமிழகத்தில் குடியுரிமை பெற்ற எவராயினும்

விண்ணப்பித்துப் பலன் பெறலாம். படிப்பைத் தொடர முடியாத ஏழை மாணவர், இயற்கைச் சீற்றங்களால் பாதிக்கப்பட்டோர், அறுவை சிகிச்சைக்குப் பணமின்றித் தவிப்போர் எனப் பலதரப்பட்டோர் பயனடையும் விதத்தில் அமைந்துள்ள இத்திட்டம் குறித்த முழுமையான தகவல்களைக் கட்டுரை திரட்டித் தந்துள்ளது (மார்ச் 10, 2006, ப. 3).

சத்தியவாணி முத்து அம்மையார் நினைவு இலவசத் தையல் இயந்திரம் வழங்கும் திட்டம் சுயதொழில் மூலம் மக்கள் தங்கள் தேவைகளைத் தாங்களே நிறைவேற்றிக் கொள்ளும் நிலைக்கு வர வேண்டும் என்பதற்காக உருவாக்கப்பட்டதொன்றாகும். இத்திட்டத்தில் பெண்கள் மட்டுமின்றி ஊனமுற்ற ஆண்களும் பயன்பெற முடியும் என்பது தனிச்சிறப்பு என விளக்குவதுடன் திட்டத்தின் முறைகளை நன்கு விளக்குகின்றது (மார்ச், 24, 2006, ப.75).

புதுமணத் தம்பதியருக்கு இலவச எரிவாயு இணைப்புத் திட்டம்: இது சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பைத் தீவிரமாகச் செயல்படுத்தும் பொருட்டு, புகையில்லாத சமையல் அறை ஒவ்வொரு வீட்டுக்கும் அமைய வேண்டும் என்ற நல்லெண்ணத்தில் தமிழக அரசு செயல்படுத்தும் திட்டம். சமையல் அறையில் பெண்கள் அதிக நேரம் செலவழிப்பதைத் தடுத்து ஆக்கப்பூர்வமான பல்வேறு பணிகளில் ஈடுபட இந்தத் திட்டம் கை கொடுக்கும் என்பது திட்டத்தின் நோக்கமென விளக்கமளிக்கப் பட்டுள்ளது. இத்திட்டத்தில் பயன் பெறுவதற்கு 'மகளிர் சுய உதவிக் குழுவில்' பெண்கள் உறுப்பினராக இணைய வேண்டும். ஒரு கல்லில் இரு மாங்காய் என்பது போல் மகளிர் சுய உதவிக் குழுவில் இணைந்து வேலைவாய்ப்புப் பெறவும், இலவச எரிவாயு பெறவும் வழிவகுக்கும் திட்டம் இது எனில் மிகையில்லை (ஏப். 7, 2006, ப. 67).

வறுமை காரணமாகப் பெண் குழந்தைகளைப் பெற்றோரே கொன்றுவிடும் காட்டுமிராண்டித்தனமான ஒரு பழக்கம், பொருளாதார ரீதியாக மிகவும் பின்தங்கிய மக்களிடம் இருக்கிறது. அதை வேரோடு சாய்த்து விடுவதற்காகத் தமிழக அரசு கொண்டு வந்த ஒரு மகத்தான திட்டமே 'தொட்டில் குழந்தைத் திட்டம்'. எந்த ஓர் உயிரும் வாழ்வதற்குத் தேவையான முழு உதவியை அரசு தர வேண்டும் என்பதுதான் இத்திட்டத்தின் அடிப்படை நோக்கம் எனத் தொட்டில் குழந்தைத் திட்டத்தின் நோக்கத்தினை எடுத்துரைத்து, இத்திட்டம் செயல்படுத்தப் படும் விதம், நிபந்தனை, இவ்வாறு போடப்பட்ட குழந்தைகளின் நிலை எனப் பல செய்திகளைக் கட்டுரை அளிக்கின்றது (ஏப். 28, 2006, ப. 59).

பெண்கள், குழந்தைகளுக்கு மட்டுமின்றி ஆதரவற்ற முதியோர்களும் அரசு செய்வதைத் தமிழ்நாடு அரசு முதியோர் உதவித் தொகைத் திட்டத்தின் வழி கட்டுரை எடுத்துரைக்கின்றது (மே 12, 2006, ப. 75). இதே போல் விதவைப் பெண்களுக்கு மட்டுமின்றி, அவர்தம் மகளின் திருமணத்திற்கும் அரசு உதவி செய்கின்றது. "ஈ.வே.ரா. - மணியம்மையார் நினைவு விதவை மகளிர் திருமண உதவித்திட்டம்" விதவைகளின் சுமையினைக் குறைப்பதற்காக உருவாக்கப்பட்டது. இத்திட்டம் குறித்த முழுமையான செய்திகளைக் கட்டுரை சிறப்புற எடுத்துக் காட்டியுள்ளது (மே. 26, 2006, ப. 26).

ஊனமுற்றவர்களுக்காகத் தமிழக அரசு செயல்படுத்தி வரும் திட்டங்கள் எவை? இவ் உதவி பெற யாரை அணுக வேண்டும்? படிப்பதற்குச் செய்யும் உதவிகள் என்னென்ன? வேலை வாய்ப்பில் முன்னுரிமை உள்ளதா? ஊனமுற்றவர்களுக்கு எவ்வகையான பயிற்சிகள் அரசால் வழங்கப்படுகின்றன? மனதினுள் மண்டிக் கிடக்கும் இத்தனை கேள்விகளுக்கும் விடை அளிக்கிறது "ஊனமுற்றோருக்கான மறுவாழ்வுத் திட்டங்கள்" கட்டுரைப் பகுதி. இப்பகுதி படிக்கும் வாசகியருக்கு மட்டுமின்றி, அவர்வழிப் பிறருக்கும் பயன் அளிக்கும் என்பது உறுதி (ஜூன், 23, 2006, ப. 59).

வறுமையில் வாழும் ஏழைக் குடும்பத்தில் பொருளீட்டும் நபர் இறந்து போய்விட்டால், அந்தக் குடும்பம் ஒட்டுமொத்தமாக நிலைகுலைந்து போய்விடக் கூடாது என்பதற்காகவும் அரசு, நலத் திட்டங்களை அள்ளித் தருகின்றது. "தமிழ்நாடு அரசு நலிந்தோர் குடும்ப நல உதவித் திட்டம்" எனும் திட்டத்தினை வாசகியர் பயனுறும் வண்ணம் கட்டுரை அறிமுகம் செய்கிறது (ஜூலை 7, 2006, ப. 67). குடும்பநல உதவித் திட்டம் போன்று தமிழ்நாடு அரசு நலிந்தோர் விபத்து நிவாரணத் திட்டத்தினையும் மற்றொரு கட்டுரை எடுத்துக் காட்டியுள்ளது. (ஜூலை 21, 2006, ப. 22).

மகளிருக்கு அரசு அளித்திடும் நலத்திட்டங்கள் பற்பல. திருமணமாகா மகளிருக்கு அளிக்கும் திட்டம் ஒருபுறம் எனில் மணமான பெண்களுக்கும் மறுபுறம் விதவிதமான திட்டம். அனைத்தையும் வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டுகிறது அவள்விகடன். அவற்றுள் குறிப்பிடத்தக்க மற்றொரு திட்டம் "கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு நிதி உதவித் திட்டம்" என்பதாகும். வறுமையில் இருக்கும் பெண் கர்ப்பமடையும்போது இயல்பான வேலைகளில் ஈடுபட முடியாமல் போவதால், வருமான இழப்பு நேரிடுகிறது. அத்துடன் கர்ப்பக்

காலங்களில் சாப்பிட வேண்டிய சத்தான உணவை உட்கொள்ளவும் வழியின்றிப் போய்விடுகிறது. இவைபோன்ற இழப்புகளை ஈடுகட்டுவதற்காகத் தமிழக அரசு செயல்படுத்தும் திட்டம் இதுவாகும் (செப்., 15, 2006, ப. 40).

இன்னும் இதுபோல் எத்தனையெத்தனை திட்டங்கள்! வேலை வாய்ப்பற்றோர் உதவித் தொகைத் திட்டம், (அக். 27, 2006, ப. 36), முதியோர்களுக்கான இரயில் பயணச் சலுகைத் திட்டம் (நவ. 24, 2006, ப.32), மாணவர், ஊனமுற்றோர், நோயாளிகள், தியாகிகள் உள்ளிட்டோர் பேருந்தில் பயணம் செய்வதற்காக அளிக்கும் பேருந்துப் பயணச் சலுகைகள் (டிச. 8, 2006, ப. 41), விளையாட்டு வீரர்களுக்கான ஊக்க உதவித் தொகை (டிச. 22, 2006, ப. 74) என இவ்வாறு அடுக்கிக் கொண்டே போகலாம்.

இக்கட்டுரைகள் மகளிருக்கு மட்டுமல்ல, வாசிக்கும் எவருக்கும் விழிப்புணர்வினை ஊட்ட வல்லவை. பல தரப்பினரும் பயன்கொள்ளக் கூடியவை.

நுகர்வோர் ராஜாங்கம்

நேரம் கிடைக்கும் பொழுதெல்லாம் கடைகளுக்குச் செல்வது, தேவையோ, தேவையில்லையோ கண்ட கண்ட பொருட்களை வாங்கிக் குவிப்பது எனப் பெண்கள் மீது பழி ஒரு புறம். அதே சமயம், இல்லத்திற்குத் தேவையான பொருட்களை வாங்கிப்போடுவது; சேமித்த பணத்திற்குத் தங்கம் வாங்குவது எனச் சிற்றெறும்பு போல் இல்லத் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்தவற்காகவே கடைகளுக்குச் செல்லும் மகளிர் ஏராளம். எவ்வாறாயினும் கடைகளுக்குச் சென்று விதவிதமான பொருட்கள் வாங்குவது மகளிருக்குப் பிடித்த வேலை. தான் வாங்கிய அல்லது வாங்கக்கூடிய பொருட்களின் தரம் குறித்தும், தரமற்ற பொருட்களை வணிகம் செய்வோர் விற்பனை செய்திடின் என்ன செய்ய வேண்டுமென்ற அறிவும் இன்று எத்தனை பேர் பெற்றிருப்பர்? குறிப்பிட்ட பொருள் தரமுடையது தானா? எனக் கண்டறியும் விதம் எப்படி? 'நுகர்வோர்' என்பவர் யார்? நுகர்வோரின் உரிமை என்ன? எந்தெந்தப் பொருட்களை எல்லாம் நுகர்வோர் மன்றத்திற்கு எடுத்துச் செல்ல முடியும்? முதலான பல வினாக்களுக்கு விடையளிக்கும் முகமாக 'நுகர்வோர் ராஜாங்கம்' கட்டுரைப் பகுதி அமைகின்றது.

இலவசச் சேவையாக இருந்தாலும், அதற்குச் சிறிது பணம் கொடுத்தாலே நாம் நுகர்வோர் தான் என்கிறது நீதிமன்றம். எங்கள்

கணவரை நாங்கள் நல்ல 'விலை'யல்லவா கொடுத்து வாங்கியிருக் கிறோம்? அப்படியானால் நாங்கள் நுகர்வோரா? - பெண்கள் கருத்தரங்கு ஒன்றில் எழுப்பப்பட்ட இந்தக் கேள்வி, சமூக அவலத்தின் ஒரு சாட்சி தான். ஆனாலும் இதற்கான பதில் பெண்களுக்குச் சாதக மானதாக இல்லை. நுகர்வோர் சட்டப்படி மனைவி நுகர்வோர் அல்ல.

கட்டணம் செலுத்தி ஒரு சேவையைப் பெறுபவரோ, பொருட்களை விலை கொடுத்து வாங்குபவரோ தான் நுகர்வோர் என்ற வரையறைக்குள் வரமுடியும் என நுகர்வோர் குறித்து 'அவள்' விளக்கம் தருகிறது. அத்துடன் விழிப்புணர்வுள்ள நுகர்வோரா? எனக் கண்டறியச் சில வினாக்களையும் 'அவள்' நம்முன் வைக்கிறது.

1. வாங்கும் பொருள் எதுவாக இருப்பினும் அதில் ஐ.எஸ்.ஐ. அக்மார்க் முத்திரை இருப்பதை உறுதி செய்த பின்னர் தான் வாங்குகிறீர்களா?

2. எடையிடும்போது எடைக் கற்களில் அரசு முத்திரை இருக்கிறதா என்று எப்போதேனும் கவனித்ததுண்டா?

3. பொருட்களை வாங்கிய சந்தோஷத்தில் வீட்டுக்கு ஓடி வந்து விடாமல், மறக்காமல் பில் வாங்குகிறீர்களா?

4. 'கியாரண்டி' என்று கடைக்காரர் சொன்னால், அந்தக் கார்டில் வாங்கும் பொருளின் வரிசை எண், விற்பனை செய்த தேதி, விற்றவரின் பெயர், கையெழுத்து, எத்தனை வருடத்துக்கு வாரண்டி என்ற விவரம் எல்லாம் இருக்கிறதா எனச் சரிபார்த்ததுண்டா?

5. எடைபோட்டு வாங்கும் பொருட்களை மறு எடைபோட்டுப் பார்த்ததுண்டா?

இவ்வினாவிற்கான விடைகளைச் சிந்தித்து, அதன்படிச் செயல்பட்டாலே சிறந்த நுகர்வோராகத் திகழ முடியும் என அறிவுறுத்துகிறது 'அவள்' கட்டுரை.

"நாம் வாங்கிப் பயன்படுத்தப் போகும் பொருள் தரமானதாக இருக்க வேண்டும்; இல்லையென்றால் நம் குடும்பத்துக்குத்தான் பாதிப்பு" என்பதை உணர்ந்துவிட்டாலே நுகர்வோருக்கான விழிப்புணர்வு வந்துவிட்டதாகப் பொருள். அதையும் மீறித் தரமற்ற பொருளை வாங்கிவிட்டால் மகளிர் மன்றத்தையோ, நுகர்வோர் மன்றத்தையோ, சட்ட ஆலோசகரையோ அணுகி ஆலோசிக்கலாம் அல்லது எல்லா மாவட்டத் தலைநகரங்களிலும் நுகர்வோர் குறை தீர்ப்பு நீதிமன்றங்கள்

இருக்கின்றன. அங்கு நேரடியாகச் சென்று நம் தரப்பு வாதத்தை எடுத்துரைத்து நியாயம் கேட்கலாம் என வழிமுறைகளையும் கட்டுரை கற்றுத் தருகின்றது.

நுகர்வோர் யார் என எடுத்துக்காட்டும் அதே சமயம், யார் நுகர்வோர் கிடையாது? எனவும் கட்டுரை தெளிவுறுத்துகிறது. "வியாபார நோக்குடன் பொருளை வாங்குபவர், மறுவிற்பனை செய்யும் நோக்கத்துடன் பொருட்களை வாங்குவோர், இலவசச் சேவையைப் பெறுவோர், தனிநபர் ஒப்பந்தத்தின் மூலம் சேவையைப் பெறுவோர் நுகர்வோராக மாட்டார்".

அதே சமயம் அரசு மருத்துவனைகளில் முற்றிலுமாக இலவசச் சேவை வழங்கப்படுவதில்லை. ஸ்கேன் எடுப்பது போன்ற சிலவற்றிற்குக் கட்டாயம் கட்டணம் செலுத்த வேண்டியுள்ளது. எனவே, அரசு மருத்துவ மனையில் இலவசச் சிகிச்சை பெறுபவர்கள் நுகர்வோர்தான் என 'அவள்' வாசகியருக்கு நுகர்வோர் குறித்த துல்லியமான செய்திகளைக் கட்டுரை அளிப்பது குறிப்பிடத்தக்கது. வீட்டுக்குள் பயன்படுத்தும் மளிகைப் பொருட்களில் தொடங்கி, தொலைக்காட்சி, குளிர் சாதனப்பெட்டி என எதை வாங்குவதாக இருந்தாலும் சரி "நுகர்வோர் ராஜாங்கத்"துக்குள் நுழைந்திருக்கும் இல்லத்தரசிகளை இனி யாரும் ஏமாற்றமுடியாது. நுகர்வோருக்கான உரிமைகளையும், அவற்றைப் பெறுவதற்கான சட்ட பூர்வமான வழிகளையும் படிப்படியாக விளக்கப் போகும் பகுதி இது என 'நமக்குள்ளே' தலையங்கத்தில் ஆசிரியர் பகிர்ந்து கொண்டதை உண்மை என நிறுவுகின்றன கட்டுரைகள்.

தஞ்சம்மா மஞ்சம்மா

தஞ்சம்மா மஞ்சம்மா என இருபெண்கள் உரையாடுவது போல் அமைந்துள்ள இப்பகுதி அறிவியல் அறிவை வாசகியருக்கு ஊட்ட வல்லவை. உலகில் நடக்கும் பல நிகழ்வுகளுக்கு நமக்குக் காரணம் தெரிவதில்லை. அன்றாடம் நாம் பயன்படுத்தும் பொருட்கள் குறித்த விழிப்புணர்வும் நம்மில் பலரிடம் இருப்பதில்லை. ஏன்? எதற்கு? என்றறியாமலேயே அன்றாட வாழ்வில் நாம் சில வேலைகளைச் செய்கிறோம், சில நிகழ்வுகளைக் கடக்கிறோம். அறிவியல் அடிப்படையில் காரண காரியங்களை விளக்குவதற்கெனவே உருவாக்கப்பட்ட இப்பகுதி பயனுள்ள பகுதியாகும்.

எவர்சில்வர் துருப்பிடிப்பது எதனால்? வெட்கத்தில் முகம் சிவப்பதற்கு என்ன காரணம்? மிளகினைக் கையில் எடுத்தாலே தும்மல்

வருவது எதனால்? (மிளகினுள் இருக்கும் ஃபைபரின் எனப்படும் இரசாயனப் பொருள் மூக்கினுள் உள்ள நரம்புகளைத் தூண்டுவதால், அவ் இரசாயனப் பொருளை வெளியேற்றும் பொருட்டுத் தும்மல் ஏற்படுகின்றது (மே 12, 2006, ப. 83). ஜவ்வரிசி எடுக்கப்படும் விதம், கோதுமை மாவிற்கும், மைதா மாவிற்கும் உள்ள வித்தியாசம், வெயிலில் அலைவதால் தோல் கறுப்பது எதனால்? (ஏப். 28, 2006, ப. 87) என்பது போன்ற நுணுக்கமான பல செய்திகளுக்கான விளக்கத்தினை இப்பகுதி அளிக்கின்றது.

மலேரியா முதலான நோய்க் கிருமிகள் கொசுக்கள் வழியாகப் பரவுகின்றன. ஆனால், இரத்தத்தினை உறிஞ்சும் கொசுவிற்கு, உடலில் இரத்தத்தினைச் செலுத்தத் தெரியாது. எனவே எச்.ஐ.வி. நோய்க்கிருமி கொசுக்களின் வழியாகப் பரவாது; பாறைகளில் இருக்கும் ஒரு வகை மினரல் க்வார்ட்ஸ், இதற்கு அழுத்தம் கொடுத்தால் ஒரு பக்கத்தில் நேர்மறையாகவும், மறுபக்கத்தில் எதிர்மறையாகவும் சக்தி உண்டாகும். இதனால் மின்சாரத்தை இதன் மூலமாகச் செலுத்த முடியும். கைக் கடிகாரத்தில் இருக்கின்ற பாட்டரி குறைந்த அளவு மின்சாரத்தை இந்த க்வார்ட்ஸ் மேலே செலுத்தும்போது இது சீரான அதிர்வுகளை உண்டாக்கும். எனவே நேரத்தினைத் துல்லியமாகக் காட்டவல்லது க்வார்ட்ஸ் கடிகாரங்கள் என அறிவியல் ரீதியான செய்திகளையும் இப்பகுதி அளிக்கின்றது.

சில மாத்திரைகள் சாப்பிடுவதற்கு முன், சில மாத்திரைகள் சாப்பிட்டதற்குப் பின் எனச் சாப்பிடும் காரணம் என்ன? என்ற மஞ்சம்மாவின் வினாவிற்கு, "வெறும் வயித்துல மாத்திரை போட்டோம்னா, சில மாத்திரைகள்ல இருக்கிற இரசாயனம், வயத்தோட சுவர்களைப் பாதிக்கும். அனால் தான் சாப்பிட்ட பிறகு போட்டுக்கச் சொல்றாங்க. அப்படி எதுவும் ஆகாதென நிரூபணமான மாத்திரைகளை அதனுடைய வீரியம் முழுமையாக இரத்தத்தில் சேர வேண்டும் என்கிற காரணத்துல சாப்பிடுறதுக்கு முன்னாலே போட்டுக்கச் சொல்வாங்க" (ஆக. 26, 2006, ப. 59) எனத் தஞ்சம்மா விளக்கமளிக்கின்றார்.

நாம் அன்றாடம் செய்யும் வேலை, துணி துவைப்பது. துணியிலிருந்து அழுக்கு எப்படி வெளியேறுகின்றது என்று வினா எழுப்பினால் மழுப்பலாக ஏதாவது விடையளிப்போம். ஆனால் தஞ்சம்மாவின் அறிவுபூர்வமான விடையினைப் பாருங்கள்: டிடர்ஜென்ட் சோப்பில் இரண்டு விதமாகச் செயல்படுகிற மூலக்கூறுகள் இருக்கின்றன. இந்த மூலக்கூறுகளுடைய ஒரு பகுதி தண்ணீருடன் எளிதாகக் கலந்துவிடும்.

மற்றொரு பகுதி துணியில் படிந்திருக்கின்ற தண்ணீரில் கரையாத பொருட்கள்மேல், அதாவது அழுக்கின் மேல் கலந்திடும். இந்த இரண்டின் செயல்களும் ஒரே நேரத்தில் நடைபெறும். அழுக்கு மாதிரியான அந்நியப் பொருளுடன் கலக்கின்ற மூலக்கூறுகள், தண்ணீரோடு கலக்கும் தன்மை கொண்டதனாலே, அழுக்கு தண்ணீருடன் சேர்ந்து வெளியேற்றப் படுகிறது என எளிதாகப் புரியும்படிச் சொல்வது சிறப்பு அல்லவா?

இதேபோல் ஆடவருக்கு ஏன் தலை வழுக்கையாகிறது? பாலில் ஆடை படிவதற்கான காரணம் என்ன? என நாம் அன்றாட வாழ்க்கையில் சந்தித்துக் கொண்டிருக்கும் பலவற்றிற்கும் அறிவியல் பூர்வமான விடையினை இப்பகுதி மூலமாகத் தருவது 'அவளின்' சிறப்பு. படித்த, படிக்காத பெண்மணிகள் அனைவரும் இதன்மூலம் பொது அறிவினைப் பெறுவர் என்பது திண்ணம்.

சுற்றுச்சூழல் விழிப்புணர்வுக் கட்டுரை

இயற்கைச் சீரழிவு என்பது அண்மைக்காலங்களில் பெருகியுள்ள, மக்களின் வாழ்வியலையும் கேள்விக்குறியாக்கியுள்ளதொன்றாகும். காற்று, நிலம், நீர் இவற்றினால் சுற்றுச்சூழல் மாசடைவதோடு, செயற்கை இரசாயன உரங்களினாலும் பயிர்கள் சீர்கெட்டு விடுகின்றன. சுற்றுச்சூழல் மாசினால் ஓசோன் படலத்தில் ஓட்டை, பருவநிலை மாறுபாடுகள் எனப் பல கேடுகளை இன்று உலகம் சந்தித்து வருகின்றது. 'பசுமை' உலகினைச் சிக்கலுக்கு உள்ளாக்கி இருக்கும் வார்த்தை. எம்.எஸ். சுவாமிநாதன் போன்ற தாவரவியல் அறிஞர்கள் பசுமைப் புரட்சியினைத் தோற்றுவித்துச் செயலாக்கி வருகின்றனர். மரங்களை அழித்து மழையை இழந்த பின்தான் மனிதர்களிடம் 'மரம் வளர்ப்பு' குறித்த விழிப்புணர்வு தோன்றியுள்ளது. உலகின் வெப்பநிலை அதிகரிப்பிற்குப் பின்தான் சுற்றுப்புறச் சூழல் குறித்த விழிப்புணர்வினை அரசு மக்களிடம் எடுத்துச் சென்றிருக்கிறது. அதேபோல் செயற்கை உரங்களின் தீமைகளுக்குப் பின்தான் வேளாண் துறை இயற்கை உரங்கள் குறித்து அறிவுறுத்தி வருகின்றது. 'பசுமை'யின் தேவையினை இப்பொழுதுதான் மக்கள் உணரத் தலைப்பட்டுள்ளனர் எனலாம். பசுமையின் முக்கியத்துவத்தினை உணர்த்தும் வகையில் 'அவள்' வெளியிடும் 'பசுமை விகடன்' எனும் கட்டுரை குறிப்பிடத்தக்கது. அதிலும் பெண்களைப் பெருமைப்படுத்தும் விதமாக, பசுமை நலனில் அக்கறை செலுத்திவரும் மகளிர் குறித்த கட்டுரைகளை வெளியிடுவது தனிச்சிறப்பு.

'மண்புழு உரம் இடுவீர்... அதிக மகசூல் பெறுவீர்' என்று ஒவ்வொரு கிராமத்திலும வேளாண் துறை எழுதி வைத்திருந்தாலும் எத்தனை விவசாயிகள் அதனைப் பின்பற்றி இருப்பார்கள் எனத் தெரியாது! ஆனால், தேனி மாவட்டம் கைலாசப்பட்டியைச் சேர்ந்தவரான சரஸ்வதி பால்ராஜ் (அக்., 27, 2006, ப. 99) முதலில் தன் தோட்டத்திற்கு மட்டும் மண்புழு உரம் தயாரித்துப் பயன்படுத்தியவர். தற்பொழுது அக்கம்பக்கத்திலுள்ள ஆறு கிராமங்கள் பயன்பெறுமாறு ஆண்டிற்கு 300 டன் மண்புழு உரம் தயாரித்து விற்பனை செய்து வருகின்றார். மிகச் சிறந்த மகசூலைத் தரும் மண்புழு உரத்தினைத் தயாரிக்கும் பெண்மணி முதிர்வயது கொண்டவர் எனினும், ஆறு கிராமங்களிலும் 'மகளிர் குழு' மூலம் இப்பெண்மணி செய்துள்ள விழிப்புணர்வுப் பிரச்சாரம் மக்களிடம் இயற்கை விவசாயம் குறித்த விழிப்புணர்வையும், மண்புழு உரம் பற்றிய புரிதலையும் ஏற்படுத்தி உள்ளது எனக் கட்டுரை வழி அறிய முடிகின்றது.

மகளிர் எங்கு வசித்தால் என்ன? செயல்பட வேண்டும் எனும் எண்ணம் இருந்தால், எந்த ஊரில் வசித்தாலும் தம் செயல்திறனை வெளிப்படுத்துகின்றனர் என்பதற்கு எடுத்துக்காட்டு கர்நாடக மாநிலத்தைச் சேர்ந்த சுக்கி. 'கர்நாடக ராஜ்யரயத் சங்க' விவசாய சங்கத் தலைவர் மரபு சார்ந்த விவசாயத்தைப் பாதுகாக்க வேண்டும் என 'அமிர்தபூமி' எனும் பெயரில் 200 ஏக்கருக்கும் மேற்பட்ட நிலத்தினை நிர்மாணித்து, அழிந்துவரும் தாவர இனங்களைக் காப்பதில் முனைந்துள்ளார். இவர் வலியுறுத்துவதும் இயற்கை உரத்தையே.

'மரம் வளர்ப்பதை'த் திட்டப்பணியாக ஏற்றுச் செயல்பட்டு வரும் குட்டிப் பெண் கீர்த்தனா (நவ. 24, 2006, ப. 38). தேனீ வளர்ப்பு பெண்களால் இயலாத காரியம் என்பதை முறியடித்து, இன்று பத்துப் பெட்டி வரை தேனீக்களை வளர்த்து அதிகலாபம் ஈட்டி வரும் முத்துக்கனி (டிச. 8, 2006, ப. 68), தனி நபராக மட்டுமின்றி, மகளிர் குழுவாக இணைந்து பசுமைப் புரட்சிக்குப் போராடுவதையும் 'அவள்' கட்டுரை வழி அறியலாம். வேலூரில் இருக்கும் டி.கே.எம். மகளிர் கல்லூரி சுற்றுப்புறச் சூழல் குறித்தும் இயற்கை உரம், மண்புழு உரம் குறித்தும் தமது மாணவியருக்குப் போதித்து, இயற்கையின் பாதுகாவலராக்கி வருகின்றது. பசுமைப் புரட்சியில் மகளிர் ஈடுபட்டு வருவதை எடுத்துக்காட்டும் இக்கட்டுரைகள் பெண்களுக்குப் பெருமை சேர்ப்பவை. அத்துடன் பெண்களுக்கு விழிப்புணர்வும் ஊட்டவல்லவை. 'அவள்' மகளிர் முன்னேற்றத்துடன் இயற்கைக்கும் சுற்றுப்புறச் சூழலுக்கும் முக்கியத்துவம் அளிப்பதையும் இக்கட்டுரைகள் உணர்த்துகின்றன.

3. சாதனை மகளிர்

பல்வேறு துறைகளில் சாதனை படைத்து, பிற மகளிரின் முன்னேற்றத்திற்கு வழிகாட்டியாக அமையும் சாதனைப் பெண்கள் குறித்த கட்டுரைகள் மகளிரின் பெருமை புகல்பவை. ஒரு பெண் நினைத்தால் எதைத்தான் சாதிக்க முடியாது? ஆக்கச் சக்திக்கு எடுத்துக்காட்டே பெண் தானே? பெண் கல்வி அறிவு பெற்றிருந்தாலும், பெறாவிட்டாலும் அவளுடைய செயல்திறன் வியக்கத்தகும் அளவில்தான் உள்ளது. சிறப்பான துறையில் சாதனை செய்துவரும் மகளிரை வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டுவதன் மூலம், அதனைப் படிக்கும் மகளிரும் செயல்திறன் பெறும் உத்வேகம் அடையலாம் எனும் நோக்கில் ‘அவள்’ தரும் இக்கட்டுரைகள் மகளிர் முன்னேற்றத்தில் பெரும்பங்கு வகிப்பவை.

பாரினில் பெண்கள் நடத்த வந்தோம் (ஜூலை 1, 2005, ப. 20) பணபலம் கொண்ட சிலிக்கான்குவாரி நிறுவனங்களை எதிர்த்துப் போராடி, மீண்டும் மற்றொரு குவாரி அமைக்க அனுமதி கேட்டு அரசும் அனுமதி அளித்தபின் கிராம சபையைக் கூட்டி மக்கள் சக்தியோடு குவாரி அமைக்கவிடாமல் செய்த பண முதலைகளிடம் இருந்து ஊரைக் காப்பாற்றிய வேதாரண்யம் ஒன்றியம் வண்டுவாஞ்சேரி பஞ்சாயத்துத் தலைவி ராணி முனியக்கண்ணு.

தேவிப்பட்டணத்தில் அமைந்துள்ள நவக்கிரகங்களைத் தரிசிக்கும் வகையில் பாலம் கட்டியுள்ள தேவிப்பட்டினம் பஞ்சாயத்துத் தலைவி ஜம்ரத் பீவி (3) தனது ஊராட்சியில் படித்தவர்கள், படிக்காதவர்கள், விதவைகள், ஊனமுற்றோர், மாணவர்கள், வறுமைக் கோட்டுக்குக் கீழுள்ளவர்களைக் கணக்கெடுத்து, அவர்களுக்கான நலத் திட்டங்களை வடிவமைத்து அரசிடமிருந்து நிதியுதவி பெற்றுத் தந்து மக்களை முன்னேற்றமடையச் செய்த பவானி இளங்கோ, இப்படிப் பஞ்சாயத்துத் தலைவிகளின் பட்டியல் நீள்கிறது.

இச்சாதனைக் கட்டுரைக்குச் சர்வதேச அமைப்பு ஒன்றின் விருது கிடைத்திருப்பது மற்றொரு சிறப்பு. 'The Hunger Project' என்ற சர்வதேச நிறுவனம் இந்தியாவில் பெண் பஞ்சாயத்துத் தலைவர்கள் பற்றிய சிறந்த பத்திரிகைச் செய்திக்கு சரோஜினி நாயுடு பெயரில் விருது வழங்கி வருகிறது. இந்தியாவின் பல மொழிகளிலிருந்தும் விண்ணப்பிக்கப்பட்ட 1650 கட்டுரைகள் பரிசீலிக்கப்பட்டு இறுதியாக 2 இலட்சம் ரூபாய் ரொக்கப் பரிசும் விருதும் பெற்றுள்ளது. பெண்மையின் முன்னேற்றத்திற்கு அவளின் பங்களிப்பு எத்தனை சிறப்பானது என்பதற்கு இவ்விருதே சான்று.

சாதனைப் பெண்கள் பட்டியலில் பிற சாதனைப் பெண்களின் சாதனைச் செய்திகளும் இடம்பெறுகின்றன. பத்திரத் துறையில் முத்திரை பதிக்கும் சாந்தி குறித்த கட்டுரை (ஆக. 26, 2005, ப-6) எந்தப் பணியிலும் சாதனை புரிய ஆடவர் மட்டுமல்ல; மகளிராலும் இயலும் என்பதை எடுத்துரைக்கும் கட்டுரையாகும். ஆடவர் மட்டுமே மேற்கொள்ளும் பணி பத்திரம் எழுதும் பணி. அத்தொழிலில் ஈடுபட்டுச் சாதனை புரிந்துவரும் பெண், புதுக்கோட்டை மாவட்டத்தைச் சேர்ந்த சுப. சாந்தி. "பத்திரப் பதிவு எல்லாம் எங்க வீட்ல அவர்தான் பாத்துக்குவார்" எனக் கூறும் அம்மணிகளே! இந்தப் பத்திரம் எழுதும் துறையில் ஆண்களுக்குச் சமமாகக் கோலோச்சி வருகிறார் சாந்தி என்ற பெண்மணி, எனும் அறிமுகத்துடன் கட்டுரை தொடங்குகிறது.

'டாகுமெண்ட் ரைட்டர் லைசென்ஸ்' தேர்வு எழுதித் தேறிய பின்னும், அத்தொழிலில் ஈடுபட்டிருக்கும் ஆடவரிடமிருந்து ஒன்பது ஆண்டிற்குப் பின்தான் லைசென்ஸ் பெற முடிந்தது எனத் தான் செய்து வரும் பணியில் சந்தித்த இடர்களைத் தெரிவிக்கிறார் சாந்தி. ஆணாதிக்கம் மேலோங்கியுள்ள துறைகளிலும் திடமனத்துடன் ஈடுபட்டால். மகளிர் வெற்றி பெற முடியும் எனும் ஊட்டச் சத்தினை அனைத்து மகளிருக்கும் அளிக்கும் கட்டுரை இது.

நடனத்தில் முதன்மை இடம்பெறுவது இசைதான். ஆனால் இசையை மட்டுமல்ல..... எந்த ஒலியையுமே உள்வாங்க முடியாத கார்த்திகா (பிப். 10, 2006, ப. 22) நடனக் கலையில் சிறப்புற்று இருக்கின்றார். அதிகச் சத்தம், தலையில் உண்டாக்கும் அதிர்வுகளைத் தம் கால்களால் உணர்ந்து, இசையின் வெவ்வேறு அதிர்வுகளுக்கேற்ப நடனமாடுகின்றார் இவர். விடாமுயற்சியும் ஆர்வமும் மட்டுமே இவரை உயரத்திற்குக் கொண்டு செல்கின்றன என்கிறார் 'கிளார்க் ஸ்கூல் பார் தி டெஃப்'இன் இயக்குநர் லீலாவதி.

சுவாதி என்பவர் திருவனந்தபுரத்தில் உள்ள கிரைஸ்டு நகர் மேல்நிலைப் பள்ளியில் பத்தாம்வகுப்புப் படிக்கும் மாணவியாவார். விவசாயிகளின் பெரும் கவலைகளில் ஒன்றான பயறு வகைகளில் தோன்றும் ஒருவகை கரும்புள்ளிகளை ஒழிக்க, இயற்கையான முறையில் தீர்ப்பதற்கான தீர்வினை ஆராய்ச்சி வழிக் கண்டுபிடித்து, அதன் காரணமாக அமெரிக்கா சென்று பரிசும் வென்று வந்திருக்கிறார் (செப்.1, 2006, ப.85). இளம் தலைமுறையின் முயற்சியினை விளம்பும் கட்டுரை இதுவாகும்.

ஒருபுறம் இளமையின் சாதனை. மறுபுறம் முதுமையின் மகத்தான சாதனை. தனது 73 வயதிலும் இளமையும் உற்சாகமும் ஒரு சேர முதியோர் தடகளப் போட்டிகளில் கலந்து கொண்டு பதக்கங்களைக் குவித்துக் கொண்டிருக்கும் டெய்ஸி (அக்.27, 2006, ப.35) தனது முதுமை பற்றிய சிந்தனையின்றி, இளமையுடன் இருப்பதற்குரிய வழி வகைகளையும் வாசகர்களுக்குச் சொல்கிறார். இது சிறு உடல் உபாதைக்கே, பெரிதாக அலட்டிக்கொள்ளும் மகளிருக்கு வழிகாட்டும் கட்டுரையாகும்.

கல்வி இல்லை. வேறுவிதமான வசதி இல்லை. பிற கலைகளும் தெரியாது. அதற்காகச் சோர்ந்து விட்டால் வாழ்க்கையின் சவால்களை எப்படி எதிர்கொள்வது? தனக்குத் தெரிந்த ஒரே கலையான சமையல் கலையினை முதலீடாகக் கொண்டு நடமாடும் உணவகத்தைத் தொடங்கி நாற்பதாயிரம் வரை வருமானம் ஈட்டுவதோடு, தேசிய அளவில் விருதினையும் பெற்றுள்ளார் கேரளாவைச் சேர்ந்த சுலேகா (டிச.8, 2006,ப.28). இவரைப்பற்றிய கட்டுரை தனக்குத் தெரியும் எதையும் முழுமையாகக் கற்றுக் கொண்டு, அதனைச் செயல்படுத்தினால் வெற்றி உறுதி என்பதைக் காட்டுகிறது.

ஒரு விபத்தில் கால்கள் நொறுங்கி, ஆறுமுறை கடுமையான அறுவை சிகிக்சையினை மேற்கொண்டு கால்களை மடக்க முடியாத நிலையில் இருந்தபோதும், தன்மனம் நொறுங்கிப் போகவில்லை. மனம் மடங்கிவிடவில்லை எனத் தன் மன உறுதியினை எடுத்துக்காட்டி, தன்வாழ்வில் நிமிர்ந்து, இன்று வீட்டில் இருந்தபடியே தன்னால் இயன்ற தொழில் செய்து, தனக்கேற்பட்ட குறையினை நிறைவுடன் தாங்கிக் கொண்டிருக்கும் செல்வத்தைப் பற்றிய கட்டுரை (டிச.22, 2006, ப.9). மனம் மட்டுமே உடையக் கூடாது; மன ஊனம் பெருக்கேடு என்பதை எடுத்துரைக்கிறது.

மேற்கூறப்பட்ட 'சாதனை மகளிரின்' கட்டுரைகள் மகளிர் முன்னேற்றத்தில் பெரும்பங்கு வகிப்பவையாகும். மனம் உடைந்து கிடக்கும் மகளிருக்கு உற்சாகம் தருபவையாகும். மன அழுத்தத்தில் இருப்பவர்களை மீட்டெடுக்கும் கட்டுரையாகும். சுய இரக்கத்தில் ஆழ்ந்து கிடப்பவர்களை விழித்தெழ வைப்பவையாகவும் உள்ளன.

உறவுமுறைக் கட்டுரைகள்

உறவுமுறைகளின் புனிதத்தை உணர்த்தி, அதன்வழி மகளிர் மனத்தில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தவல்ல கட்டுரைகள் இப்பகுதியில்

இடம்பெறுகின்றன. மனித வாழ்க்கையில் முதன்மையாக விளங்குவது குடும்பங்களும் உறவுமுறைகளும் ஆகும். மனித சமூகத்தின் மிகத் தொன்மையான நிறுவனமாகத் திகழ்வது குடும்பம். கூட்டுக் குடும்பம், உள் தனிக்குடும்பம், தனிக்குடும்பம் எனப் பலவிதமான குடும்ப அமைப்புகள் காணப்படுகின்றன. குடும்பங்களில் காணப்படும் கணவன், மனைவி, பெற்றோர்-மக்கள், சகோதரன், சகோதரி முதலான முதன்மை உறவுகள் குடும்பப் பிணைப்புக்குப் பாலமாக அமைகின்றனர். குடும்ப உறவுகள் தவிர வாழ்வில் 'நட்புறவும்' தவிர்க்க இயலாத உறவாகும். கூட்டுக் குடும்ப முறை இன்றைய நிலையில் பெரும் சிதைவுக்கு உள்ளாகியிருந்தாலும், உறவுகளின் பிணைப்பு மாறாத் தன்மை கொண்டதாகத் தான் திகழ்கிறது.

அன்பு, பண்பு, பாசம் இவற்றின் இறுக்கம் ஒருவர் வாழ்வின் முன்னேற்றத்தில் தகுந்த இடம் வகிப்பவை. இவ் 'உறவுகள்' குறித்து 'அவளின்' பார்வை எப்படி உள்ளது? வாசகியரின் உள்ளத்தில் இக் கட்டுரைகள் மாற்றத்தினை ஏற்படுத்துமா? என்பது கவனிக்கத்தக்கது.

பிச்சை புகினும் கற்கை நன்றே (ஜன. 27, 2006, ப.28)

தந்தை உயிரோடு இல்லை. நோயாளித் தாயோ காணாமல் போய் விட்டார். எட்டாம் வகுப்பிலும் ஐந்தாம் வகுப்பிலும் படிக்கும் தம்பி, தங்கைகள். பிளஸ் டூ படித்துக் கொண்டிருக்கும் கல்பனா குறித்த இக்கட்டுரை கல்பனாவின் நெடிய வாழ்க்கைப் பயணத்தை எடுத்துரைக்கும் கட்டுரை. தம்பி, தங்கைகளைக் காப்பாற்றித் தானும் பள்ளிக்குச் சென்று வாழ்க்கைப் போராட்டம் தொடர்ந்த நிலையில், அரட்டை அரங்கத்தில் தனது உணர்ச்சிக் குமுறல்களைக் கொட்ட, காணாமல் சென்ற தாயினை மீட்டெடுத்திருக்கிறார். சகோதர 'உறவுகளை' மதித்து வாழ்க்கையில் எதிர் நீச்சல் போடும் கல்பனா, "சோத்துக்கும், பழைய துணிக்கும் படிப்புக்காகவும் பலர்கிட்டே உதவிகேட்டு நின்னிருக்கேன். எல்லோருமே மறுக்காம முடிஞ்ச உதவி செஞ்சிருக்காங்க. உதவிகேட்க நான் கூச்சப்பட்டதேயில்லை. ஏன்னா, 'பிச்சை புகினும் கற்கை நன்றே'னு தான் நான் படிச்ச பாடம் சொல்லுது!" என்கிறார். மகளிர் முன்னேற்றம் பேச்சில் இல்லை. செயலில் உள்ளது என்பதை எடுத்துக்காட்டும் கட்டுரை இதுவாகும்.

தாயுமாகி நின்ற மாமியார்கள் (ஜன.13, 2006, ப.24)

இன்றைய மெகா தொடர்கள் 'மாமியார்' என்றாலே கொடூர அரக்கிகள் எனச் சித்திரிப்பது வழக்கமாகி விட்டது. இல்ல, உறவுகளில்

சிறந்த உறவாக 'மாமியார்' உறவும் உண்டு என்பதை 'அவள்' எடுத்துக் காட்டுகிறது.

கணினி நிறுவனத்தில் உயர்பதவி வசிக்கும் ராஜசேகர், வீட்டோடு இருந்தாலும் கல்வியில் கரைகண்ட சாந்தி, இந்தத் தம்பதியின் மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கைக்குப் பின்னால், ஒரு நெகிழ்ச்சியான கடந்த காலமும் பிரமிக்கத்தக்க ஆச்சரியங்களும் உள்ளன. இருவருக்குமே இது முதல் திருமணமல்ல. விதியின் கொடூரத்திற்குத் தன் முதல் வாழ்க்கைத் துணையினை இழந்தவர்கள். 'நம் வாழ்க்கையே முடிந்து போனது' என்று நினைத்திருந்த இருவரின் மனத்தினை மாற்றி இரண்டாவது திருமணத்தை நடத்தி வைத்த மாபெரும் செயலைச் செய்தது அவரவர் மாமியார்கள் தான். இப்படியும் இருக்கலாம் என 'முதிய மகளிருக்கும்' மாமியார் உறவு வணக்கத்திற்குரிய உறவே என இளைய தலைமுறையினருக்கும் வலியுறுத்தும் கட்டுரை இது.

ஒரே ஒரு வீட்டுக்குள்ள. . . (ஏப்.7, 2006, ப.36)

சிதம்பரம் அருகிலுள்ள காட்டு மன்னார் கோயிலில் வசிக்கும் சீனுவாச நாராயணன்-மைதிலியின் கூட்டுக் குடும்பத்தினை அறிமுகம் செய்து வைக்கிறது இக்கட்டுரை. ஐந்து மகன்-மருமகள், பேரப்பிள்ளைகள் என எல்லோரும் கூட்டுக் குடும்பமாக வசிக்கின்றனர்.

> குடும்பம்னா சின்னச்சின்ன பிரச்சனைகள் வரத்தான் செய்யும். பிரச்சனை எங்கே இல்லை. கொஞ்சூண்டு அட்ஜஸ்மென்ட், நிறையப்பிரியம்.... இதுதான் எங்க கூட்டுக் குடும்பத்தோட வெற்றி ரகசியம் என்கிறார் மூத்த மருமகள் லல்லி.
>
> "குடும்பம்னா என்னங்க"? நமக்கு நல்லது கெட்டது சொல்லப் பெரியவங்க வேணும்; அக்கா, தங்கைகளா நடந்துக்க ஓர்ப்படிகள் வேணும்; வால்தனம் பண்ணவீடு நிறையக் குழந்தைங்க வேணும். . . . இதெல்லாம் இருந்தாத்தானே அது குடும்பம்! என மகிழ்வான குடும்பத்திற்கு விளக்கம் கூறுகிறார் மற்றொரு மருமகள்.

கூட்டுக் குடும்ப உறவுகள் நசிந்துவரும் நிலையில், வாசகியரின் உள்ளத்தில் புத்துணர்வினை ஊட்டும் கட்டுரை, இருபாலாரும் பணிக்கு செல்ல வேண்டிய காலத்தின் கட்டாயத்தில், மீண்டும் கூட்டுக் குடும்பம்! என்பதை யோசிக்க வைக்கும் இக்கட்டுரை பாராட்டத்தக்கது.

மற்றொரு கூட்டுக்குடும்பத்தையும் சுட்டுகிறது "நவீன கூட்டுக் குடும்பங்கள்" எனும் கட்டுரை (செப்.1, 2006, ப.25).

"குடும்ப உறவுகளை அடுக்கு மல்லிகளாக இறுக்கிக்கட்டி, அழகாக மணம்பரப்பி வந்தது பழைய கூட்டுக் குடும்ப வாழ்க்கை முறை. ஆனால், காலப்போக்கில் இயந்திர மயமான வாழ்க்கையும் சுயநல எண்ணங்களும் முறுக்கிக் கொண்டுவிட, . . . "கூட்டுக் குடும்பம்னா நல்லாத்தான் இருக்கும். ஆனா வளர்ச்சிக்குச் சரிப்பட்டு வராது' என்று, பல கூட்டுக் குடும்பங்களும் உதிரிப்பூக்களாகச் சிதறிப் போய்விட்டன. இந்த நிலையில், "காலம் மாறிப்போச்சு என்று பழைய வாழ்க்கை முறையை ஒரேயடியாக மறந்து விடுவதில் அர்த்தமில்லை. இன்றைய சூழலுக்கு ஏற்ப அதில் மாற்றங்கள் செய்து கொண்டால், பழைய சந்தோஷம் குறையாமல் வாழலாம்" என்று உரக்கச் சொல்கின்றன, சென்னையைச் சேர்ந்த சில குடும்பங்கள் கூட்டுக் குடும்பத்தின் பாதுகாப்பு, தனிக்குடித்தனத்தின் சுதந்திரம் இரண்டையும் ஒருசேர அனுபவிக்க முடியும் என்பதற்குக் கட்டியம் கூறுகின்றன இவர்களின் புத்தம் புது வாழ்க்கை முறை என விரித்துரைக்கும் இக்கட்டுரை, அடுக்கு மாடிக் குடியிருப்பில் அண்ணன்-தம்பிகள் என உடன்பிறப்புகளே, பக்கத்துப் பக்கத்து வீட்டினராக வசிப்பதை எடுத்துக்காட்டுகிறது. அடுக்குமாடிக் குடியிருப்புகள் பெருகி வரும் நகர மய வாழ்க்கையில், பக்கத்து வீட்டார் உறவினராக அமைந்து விட்டால் இரட்டை மகிழ்ச்சிதானே! வளசரவாக்கம், தி.நகர், நுங்கம்பாக்கம் எனச் சென்னையில் பல பகுதிகளில் அடுக்குமாடிகளில் வசிக்கும் "உறவுக் குடும்பங்களை" அறிமுகம் செய்துள்ள இக்கட்டுரை இன்றைய புதிய உலகிற்குத் தேவையானதும் வரவேற்கத் தக்கதும் ஆகும்.

கணவன்-மனைவி உறவு (நவ.24, 2006, ப.30)

வேலூர் மாவட்டம் ரங்காபுரத்தைச் சேர்ந்த ரோஸி-பழனி தம்பதியர். ஒருவிபத்தில் முதுகுத்தண்டின் சிறுபகுதியை இழந்துவிட்ட பழனியை, ஊரையே எதிர்த்துத் திருமணம் செய்திருக்கிறார் ரோஸி. நீண்ட நேரம் ஒரே இடத்தில் அமர்ந்தாலும், உடல்வெப்பமாகி இரத்தப்போக்கு ஏற்படும்நிலை. எனினும் கைகள் பழனிக்கு நன்றாக இயங்குவதால், ஏதாவது தொழில் செய்யச் சொல்லி நம்பிக்கை ஊட்டியதன் விளைவாகத் தற்போது வி.சி.டிக்களை வாங்கி விற்கும் தொழில் செய்து வருகிறார்.

சுந்தர்ராமன்-தீபா தம்பதியர் "மஸ்குலர் டிஸ்ட்ராஃபி" எனும் நோயினால் கால்களின் இயக்கத்தை இழந்து சிறிது சிறிதாக

மரணத்தை நோக்கிச் சென்று கொண்டிருக்கும் தீபாவைப் பலவித எதிர்ப்புகளுக்கிடையே மணந்து கொண்டு, நடக்க முடியாத இடங்களில் அவரைத் தோளில் சுமந்து கொண்டும், அவருக்குத் தேவையான உடற்பயிற்சிகளைச் செய்ய உதவி செய்து கொண்டும் தாயாக, தாதியாகச் சேவை செய்து வருகிறார் சுந்தர்ராமன்.

உடல்நிலை, பணநிலை சரியாக இருக்கும் பொழுதே, சிறு சிறு சண்டைகளுக்குக்கூட விவாகரத்துக் கோரும் இன்றைய தம்பதியரிடையே மாறுபட்ட இரு தம்பதியரின் கட்டுரைகள் ஊனம் ஒரு பொருட்டல்ல. வாழ்க்கையில் அன்புப்பிணைப்பு இருந்தாலே போதும் என்பதை எடுத்துக்காட்டும் கட்டுரை.

தாய்-மகன் (ஏப். 28, 2006, ப.9)

பலவிதத் தடைகளை வென்று, வாழ்வின் பல நிலைகளிலும் போராடி, ஒரு பள்ளியில் மதிய சமையல் வேலை, பின் வீட்டில் இட்லி, வடை சுட்டு விற்று, தன் குழந்தைகளைப் படிக்க வைத்து, இன்று தன் மகனை எம்.பி.ஏ. பட்டதாரியாக உயர்த்தியிருக்கும் தாய் தீபரமணி. இவர் பற்றிய கட்டுரை சிறிய துன்பத்திற்கும் தற்கொலை முடிவெடுக்கும் மகளிருக்குச் சாட்டையடியாக அறிவுரை புகட்டும்.

> "என் வாழ்க்கையில் நான் உணர்ந்த முக்கியமான ஒரு விஷயம். நாம கஷ்டத்தில் இருக்கறப்ப நமக்குனு உதவுறதுக்கு நல்ல மனுஷங்களைத் தேடி நாம போக வேண்டியதே இல்லை. நாம மட்டும் தெளிவா வாழப் பழகிட்டா, ஒவ்வொரு விஷயமும் நமக்கான வாய்ப்புகளை நீட்டுற அதிசயம் நடக்கும். தகுதியுள்ளவங்களுக்கு தானாகவே முன் வந்து உதவி பண்ண இந்த உலகத்துலே எவ்வளவோ நல்லவங்க இருக்காங்க"

எனும் தீபரமணியின் தன்னம்பிக்கை வார்த்தைகள், வாழ்க்கையில் சிரமப்படும் ஒவ்வொருவருக்கும் உற்சாக மூட்டுபவையாகும்.

மற்றொரு தாயான கங்கா, கணவன், மாமியார் போன்ற உறவுகள் இருந்த பொழுதிலும், கண் இழந்த தன் மூத்த மகனை அவர்கள் வெறுத்ததால், தன் மகனுடன் வீட்டை விட்டு வெளியேறி அக்கம் பக்கத்து வீடுகளில் வீட்டுவேலை செய்து தன் மகனை மேல்நிலைப் பள்ளி ஆசிரியராகத் தகுதி வாய்ந்த, எம்.எட். படிப்பினைப் படிக்க வைத்துள்ளார். கண்களை இழந்திருந்தாலும் நம்பிக்கையினை இழக்காத சங்கர் மாநில அளவில் செஸ் சாம்பியனும் ஆவார்.

இவ்விரு கட்டுரைகளும் ஒரு பெண் நினைத்தால் எதையும் சாதிக்க முடியும். பெண்மையின் உறுதியும், தன்னம்பிக்கையும் குடும்பத்தையே உயர்த்தும் என்பதற்கு எடுத்துக்காட்டாகத் திகழ்கின்றன.

மற்றொரு கட்டுரை நாத்தனார் கூட நல்லதொரு தோழி தான் என்பதை எடுத்துக்காட்டுகிறது (டிச.2, 2005, ப.6). 'குற்றம் பார்க்கின் சுற்றம் இல்லை' என்பது முதுமொழி. மனத் தடைகளைக் கலையும்பொழுது 'உறவுகள்' நம்மை நெருங்குகின்றன என்பதைப் புகட்டுகிறது இக்கட்டுரை.

நட்பு

பத்மாவதி, மீராபாய் இருவரின் நட்புக் குறித்த கட்டுரை, இவர்கள் அல்லவா உயிர்த் தோழிகள் என எடுத்துரைக்கிறது. மேல்குறிப்பிட்ட இரு பெண்களும் மருத்துவப்படிப்பு படிக்கும் காலம்தொட்டு, ஒன்றாக ஒரே அறையில் வாழ்ந்து, 58 ஆண்டுக் காலம் நட்பினைத் தொடர்ந்து, ஒருவர் பின் ஒருவராக ஓர் ஆண்டு இடைவெளியில் மரணத்தைத் தழுவியுள்ளனர். உறவுகளில் சிறந்த உறவு 'நட்பு' என்பதை அழகாக நிரூபித்திருக்கும் கட்டுரை இதுவாகும்.

பத்மா ஸ்ரீனிவாசன், ஜெயலட்சுமி ஸ்ரீனிவாசன் இருவரின் நட்பு முதுமையிலும் தொடரும் நட்பு. எழுபது வயதுத் தோழிகள் இருவரின் நட்பு உன்னத இலட்சியத்தை நோக்கி ஓடிக் கொண்டிருக்கிறது. பெங்களூரில் 'பீட்ஸா ஹெவன்' எனும் பெயரில் பீட்ஸா உணவகத்தை நடத்தும் இவர்கள், இதில்வரும் இலாபத்தைக் கொண்டு, "ஒருமுதியோர் இல்லத்தைத்" தொடங்குவதுதான் தம் இலட்சியம் எனத் தெரிவிக்கின்றனர். எழுபது வயதில் புத்தம் புதிதாக ஒரு வியாபாரத்தைத் தொடங்கி, அதில் வெற்றியும் பெற்றுள்ள இந்த 70வயதுத் தோழிகள் விரைவில் தங்களது கனவுத் திட்டமான 'விஷ்ராந்தியை'த் (முதியோர் இல்லம்) தொடங்கி விடுவோம் என்கின்றனர். நட்பு வெறும் நட்பாக இன்றி, முதியவர்களுக்கு உதவும் இலட்சியத்தையும் கொண்டிருப்பது பாராட்டத்தக்கது.

மேற்கூறப்பட்ட அனைத்துக் கட்டுரைகளுமே வாழ்வில் தன்னம்பிக்கை ஊட்டும் கட்டுரைகள். இக்கட்டுரைகளில் சாதித்துள்ள அனைவருமே மகளிர். பெண்மையின் சக்தியினையும், உறவுகளின் பலத்தையும் புரியவைக்கும் இக்கட்டுரைகள் மகளிர் முன்னேற்றத்தில் பெரும்பங்கு வகிப்பவை எனில் மிகையில்லை.

மருத்துவமும் அவளும்

'அவள்' விகடனில் இடம்பெறும் சிறப்பான பகுதி மருத்துவப் பகுதியாகும். பெண்களுக்கேயுரிய உடல் சிக்கல்கள்; வெளியே சொல்வதற்குத் தயங்கிக் கொண்டு மனதினுள் புழுங்கிக் கொண்டிருக்கும் பெண்களுக்கு இப்பகுதி வரப்பிரசாதம். அவளில் மரபு சார்ந்த மருத்துவம் (ஆயுள் வளர்க்கும் ஆயுர்வேதம்), பாட்டி வைத்தியம், ஆங்கில மருத்துவம் (டியர் டாக்டர்) என மூன்று பிரிவாக மருத்துவம் சார்ந்த செய்திகள் இடம்பெற்றுள்ளன.

ஆயுள் வளர்க்கும் ஆயுர்வேதம்

காலங்காலமாக நம் நாட்டில் பயன்படுத்தப்பட்டு வரும் மருத்துவ முறை, சித்தர்களாலும், முனிவர்களாலும் போற்றிப் பாதுகாக்கப்பட்ட முறை. எண்ணற்ற உடல் உபாதைகளுக்கு, குறிப்பாக மகளிருக்கும், இளம்பருவத்தினருக்கும், குழந்தைகளுக்கும் சிறப்பான மருத்துவத்தினை அளிப்பது ஆயுர்வேதம். 'ஆயுர்வேதம்' எனும் மருத்துவ முறை பிரம்மாவினால் கண்டறியப்பட்டு, முனிவர்களிடம் அளிக்கப்பட்டது எனும் கருத்து நிலவுகிறது (Chikitsa Samgraham, The Arya Vaidyasala). உடல் அமைப்பினை வாதம், பித்தம், சிலேட்டுமம் என மூவகையாகப் பிரித்து அதன் அடிப்படையில் மருத்துவம் செய்வது ஆயுர்வேத முறையாகும்.

'அவள்' விகடனில் ஆயுர்வேத மருத்துவம் குறித்து டாக்டர் கே.ஜி. ரவீந்திரன் கட்டுரை எழுதியுள்ளார் (ஜூலை 1, 2005, ப. 30). இளம்வயதினருக்கு வரும் பருக்கள் குறித்தும், வராமல் தடுப்பதற்கான வழிமுறைகளையும் சிறப்பாக விளக்குகிறார் மருத்துவர். இளம் வயதினரின் பழக்கவழக்கங்கள் எப்படி இருக்கவேண்டும் என்று ஆயுர்வேத ஆசான் சரகர் ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகளுக்கு முன்பே 'ஆச்சாரரசாயனம்' எனும் தலைப்பில் எழுதி உள்ளார் என மருத்துவர் விளக்கமாகக் கட்டுரையில் தெரிவித்திருப்பது சிறப்பு. இளமைப் பருவத்தில் உடலில் பித்தம் அதிகரிப்பதாலும், சுரப்பிகளில் மாற்றங்கள் ஏற்படுவதாலும் முகப்பரு போன்ற தொல்லைகள் உருவாகின்றன. மருந்துடன் உணவுக்கட்டுப்பாட்டையும் கடைப்பிடித்தால் பருக்கள் ஓடி விடும். சத்தான உணவுகளை உட்கொண்டு, எண்ணெயில் மிதக்கும் உணவு வகைகளைத் தவிர்க்க வேண்டும் எனக் கூறும் மருத்துவர், எளிய முறையில் பல மருத்துவ முறைகளையும் எடுத்துரைக்கின்றார். அவற்றுள் ஒன்று':

"வசம்பு, கொத்துமல்லி விதை, பாச்சோடி இவை மூன்றிலும் தலா 23 கிராம் எடுத்து நன்கு கழுவ வேண்டும். பிறகு, மூன்றையும் தண்ணீர் விட்டு விழுது மாதிரி அரைத்து முகத்தில் பூசி, ஒரு மணிநேரம் கழித்துக் குளிர்ச்சியான தண்ணீரில் கழுவி வந்தால் முகப்பரு முற்றிலுமாக குணமாகி விடும்". அதேபோல் முகத்தை நன்றாகக் கழுவிய பிறகு, ஆயுர்வேத மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கிற மருந்துகளான தூய குங்குமாதி தைலம், குங்குமாதி வேடம் போன்றவற்றை முகத்தில் தடவி வந்தாலும் பருக்கள் ஓடிவிடும்." இதேபோல் வளர் இளம்பருவத்துப் பெண்கள் சந்திக்கும் மற்றொரு துன்பம் பூப்பெய்துவதும், உதிரப் போக்கும் ஆகும். இச்சமயத்தல் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய ஆரோக்கிய வழிமுறைகளை விளக்குகிறது மற்றொரு கட்டுரை (ஜூலை, 29, 2005, ப. 40). முதலில் மாதவிடாய்ச் சுழற்சியை இயல்பாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். சாப்பிடுவது, ஓய்வு எடுப்பது, வேலை பார்ப்பது... என எல்லாச் சமயங்களிலும் மூச்சை ஆழமாக இழுத்துவிட வேண்டும். இழுக்கும் மூச்சுக் காற்று வயிற்றுக்குள் வரவேண்டும். உடல் சீராக இயங்க இது பயன்படும். அடுத்து, மலச்சிக்கல் ஏற்படாமல் பார்த்துக் கொள்வது முக்கியம். அதற்கேற்ப உணவுப் பழக்கங்களை ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். உதிரப்போக்கு அதிகமாக இருக்கும் நாட்களில் தலைக்குக் குளிப்பதைத் தவிர்த்து, மிதமான சூட்டில் உள்ள தண்ணீரால் உடம்புக்கு மட்டும் குளிக்க வேண்டும் என வலியுறுத்தும் கட்டுரை, மாதவிடாயின் போது ஏற்படும் வயிற்று வலியினைத் தடுக்க, ஒழுங்கற்ற மாதவிடாயைச் சரிசெய்து மருத்துவக் குறிப்புகள் தருகின்றது (பின்னிணைப்பு - 1).

இப்பொழுது வளரும் இளம்பருவத்தினரிடம் காணப்படும் மற்றொரு குறைபாடு உணவுப்பழக்கம். நேரம் தவறிய வேளையில், எதையோ உண்டு எப்படியோ வாழலாம் எனும் எண்ணம் உள்ளது. சிறு வயதிலேயே எண்ணற்ற நோய்களுக்குள்ளாதற்கு உணவுப் பழக்க வழக்கத்தினைச் சீராக்கினாலேயே போதும்; பாதி நோய்களைத் தடுத்து விடலாம் என்றும், உண்ணும் உணவுக்கும் குணத்துக்கும் தொடர்புண்டு என்றும் எடுத்துரைக்கிறது மற்றொரு கட்டுரை (ஆக. 26, 2005, ப. 72). "மனது, ஆன்மா, உடல் இவை மூன்றும் புத்துணர்ச்சியோடு இருக்கப் புதிதாகத் தயாரான ஜீவனுள்ள உணவையே சாப்பிட வேண்டும். சமைத்த உணவைவிடப் பச்சைக் காய்கறிகள் அதிக ஜீவனுள்ளவை. எனினும் அடிக்கடி பச்சைக் காய்கறிகளை அதிகம் எடுத்துக் கொள்வதும் ஆபத்து". அதேபோல் எண்ணெய்யில் பொரித்த உணவு வகைகளைத் தவிர்க்க வேண்டும். கோபம், மனவருத்தம், தன்னிரக்கம் என

உணர்ச்சிக்குவியலாக இருக்கும்போது உண்ணக்கூடாது என்பவை. உள்ளிட்ட எண்ணற்ற பயனுள்ள செய்திகளை இக்கட்டுரை அளிக்கின்றது. மற்றொரு கட்டுரை தவறான கலவையில் உணவு உண்பதால் ஏற்படும் கேடுகளை எடுத்துரைக்கிறது. ஆயுர்வேதத்தைப் பொறுத்த வரை ஒவ்வொரு உணவுக்கும் தனித்தன்மை வாய்ந்த குணம் உண்டு. உணவுக் கலவை நல்லதாக இருந்தால் நல்ல விளைவையும், கெட்ட கலவையாக இருந்தால் மோசமான விளைவுகளையும் உண்டாக்குகிறது. உதாரணமாகப் பாலுடன் வாழைப்பழத்தைச் சேர்த்துச் சாப்பிடக் கூடாது. இரண்டும் குளிர்ச்சித் தன்மை கொண்டவை. இரண்டும் இணைந்து குடலுக்குப் போகும்போது செரிமான சக்தியைக் குறைத்து மந்தமாக்கி விடும். இருமல், அலர்ஜி எனப் பாதிப்புக்கள் வரும். பாலுடன் உப்புச் சேர்த்து உண்ணக்கூடாது. பழங்களுடன் உருளைக் கிழங்கு போன்ற மாவுச் சத்துள்ள பொருட்களை இணைத்து உண்ணக்கூடாது. செரிமானத்தில் குறை உண்டாகும் என இவ்வாறாக உணவுக் கலவை குறித்து நுணுக்கமான செய்திகளைச் சிறப்பாகத் தருகின்றது. சமையலையும் உண்பதையும் யாகம் செய்வதற்கு நிகராகச் செய்ய வேண்டும் (அக். 21, 2005, ப.104), உணவு வகைகளின் வழியாக ஆரோக்கியத்திற்கு ஆறு வழிகள் (நவ. 4, 2005, ப. 44) என உணவு முறைக்கென மேலும் சில கட்டுரைகள் 'அவள்' விகடனில் இடம்பெறுகின்றன.

இளம் பெண்களுக்காக மாதவிடாய்க் கோளாறுகளைச் சரி செய்வதற்கான கட்டுரையினை அளித்ததைப்போல், நடு வயதுப் பெண்களுக்காக 'மெனோபாஸ்' குறித்த கட்டுரையினை 'அவள்' அளிக்கிறது. வேலையில் கவனம் செலுத்த இயலாமல், தானும் துன்பத்திற்கு உட்பட்டு, தனது குடும்பத்தாரையும் தனது எரிச்சலால் துன்பமடைய வைக்கும் நடுத்தர வயதுப் பெண்களுக்கு இக்கட்டுரை பயனளிக்கும். "வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்று பிரகிருதிகளின் சமநிலை கெடுவதைப் பொறுத்து மெனோபாஸின் பக்க விளைவுகளில் மாற்றங்கள் இருக்கும். இதைப் புரிந்துகொண்டு உணவு மற்றும் வாழ்க்கை முறையை அதற்கு ஏற்றவிதமாக மாற்றிக் கொண்டால், இந்தப் பக்க விளைவுகளின் துன்பத்தினைத் தவிர்க்கலாம்" (டிச. 30, 2005, ப.72) எனத் தொடங்கும் கட்டுரை, வாதம், பித்தம், கபம் இவற்றின் சமநிலை பாதிக்கப்பட்டால் என்னென்ன விளைவுகள் ஏற்படும்? இவற்றைச் சீர் செய்வதற்கு உணவில் மேற்கொள்ள வேண்டிய பழக்க வழக்கங்கள், மெனோபாஸிற்கு அளிக்கப்படும் ஆயுர்வேதச் சிகிச்சை முறை உள்ளிட்ட பல செய்திகளை அளிப்பது நடுத்தர வயதுப்

பெண்களுக்கு வரப்பிரசாதம். இவற்றைக் கடைப்பிடிக்கும் பெண்கள், தங்கள் அன்றாடப் பணிகளில் சிரமமின்றி ஈடுபட இயலும்.

நடுத்தர வயதுப் பெண்கள் சந்திக்கும் மற்றொரு உடல் சிக்கல் - எலும்பு அடர்த்தி குறைபாடு. எலும்புத் தேய்மானத்தால் அன்றாட வேலைகளைக்கூட எளிதாகச் செய்ய இயலாமல் போதல் உண்டு. எனவே இக்குறைபாடு குறித்தும், இதற்கான மருத்துவமுறை குறித்தும் எளிய முறையில் மற்றொரு கட்டுரை விளக்கம் தருகின்றது (ஜன. 13, 2006, ப. 64). எதிர்காலத்துக்காகப் பணத்தைச் சேமிப்பது போல, மெனோபாஸுக்குப் பிறகு வரும் எலும்பு வலுவிழத்தல் நோயைச் சமாளிக்க, உடலில் கால்சியம் சத்தைச் சேமித்துக் கொள்ள வேண்டும் என அறிவுறுத்துகிறது கட்டுரை.

'ஆயுள் வளர்க்கும் ஆயுர்வேதம்' கட்டுரை மகளிர் நலனிலும், மகளிர் மருத்துவத்திலும் கவனத்தைச் செலுத்தி மகளிர் உடல்நலம் பேணுதலை முன்னிலைப்படுத்தியுள்ளது.

பாட்டி வைத்தியம்

கூட்டுக் குடும்பமுறை வழக்கொழிந்து, தனிக்குடும்ப முறை உருவானபின், நோய்களுக்கு மருத்துவரிடம் ஓடுவது மட்டுமே வழக்கமாகி விட்டது. முற்காலத்தில், வீட்டில் எவரேனும் நோயினால் துன்புற்றால் வீட்டுப் பெரியோர் கைவைத்தியத்தாலேயே குணப்படுத்தி விடுவர். அக்குறையினை நீக்கும் பொருட்டுக் கைவைத்தியத்தில் நிபுணத்துவம் பெற்ற மூலிகை மூதாட்டி கல்யாணிப் பாட்டியினைக் கொண்டு, கைவைத்தியத்தினைக் கற்றுத் தரும் பகுதியாக 'அவளில்' அமைவது 'பாட்டி வைத்தியம்' தொடர்பான கட்டுரைகள் ஆகும். நவம்பர் 2005இல் இருந்து இடம்பெறும் பாட்டி வைத்தியம், அக்டோபர் 2006 முதல் வீட்டு வைத்தியமாக மறு அவதாரமெடுத்துள்ளது. வீட்டு வைத்தியத்தினை வழங்குபவர் ஜானகி பாட்டி என்பவராவார்.

வீட்டிலிருக்கும் எளிதாகக் கிடைக்கக்கூடிய பொருட்களைக் கொண்டு இப்பாட்டி வைத்தியம் இருப்பது, படிக்கக்கூடிய அனைவரும் செயல்படுத்திப் பார்க்கத் தூண்டும்படி அமைவதாகும்.

பிரசவ வலிக்குச் சீரகக் கஷாயம், நெஞ்சுச் சளிக்குத் தூதுவளைக் கஷாயம், கபத்திற்குக் கற்பூரவல்லிப் பச்சடி, நோய்க் கிருமி அண்டாமல் இருக்க இஞ்சி கஷாயம், விஷக்காய்ச்சலுக்குக் கெருடக் கொடி கஷாயம், உடலில் அலர்ஜியினால் ஏற்படும் அரிப்பிற்கு அரிசி

களைந்த நீர், பிள்ளை பெத்தாள் லேகியம் மற்றும் கைக் குழந்தைக்கான எளிய மருந்துகள், மாதவிலக்கைத் தள்ளிப் போட எளிய வழிமுறைகள் (பிப். 10, 2006, ப. 14), மாதவிலக்குச் சிக்கலினால் குழந்தைப் பேறு தள்ளிப்போனால், அதனைச் சரிசெய்வதற்கான மருந்து (பிப். 28, 2006, ப. 59), சதைப்பற்று இன்றி ஒல்லியாக இருக்கும் பெண்களுக்கு வெந்தய லேகியம், இளம்பெண்களுக்குப் பயன்தரும் உளுத்தங்களி உணவு, பித்தத்தைத் தணித்து, புதுரத்தம் பெருக 21 நாட்கள் விளாம்பழ உணவு, தலைவலிக்கு வெற்றிலைப் பத்து, அஜீர்ணத்திற்குச் சுக்கு, தனியா, சீரகம், மிளகு, ஏலம் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்ட பஞ்சசூர்ணம் (மே, 26, 2006, ப. 24), வாயுத் தொல்லைக்கு முருங்கைக்கீரை, உடல் எடை குறையக் கொள்ளு ரசம் (ஜூன் 23, 2006, ப. 34), கைகால் வலிக்குக் கண்ட திப்பிலி ரசம், நோய்வாய்ப்பட்டு உடல் பலவீனமடைந்தவர்களுக்கு, பலவீனம் போக்கும் பயத்தம்பருப்பு ரசம், வறட்டு இருமலைப் போக்கும் வழிமுறைகள் எனப் பாட்டி தனது மருத்துவ அறிவினை ஒவ்வொரு கட்டுரையிலும் சிறப்பாக எடுத்துக் காட்டுகிறார்.

அக்டோபர் இதழில் இருந்து ஜானகிப் பாட்டி எழுதும் 'வீட்டு வைத்திய முறை' இடம்பெறுகிறது. இவரும் எளியமுறை மருத்துவத் தினையே வாசகர்களுக்குப் புகட்டுகிறார். வெள்ளைப் பூசணியை உணவில் சேர்த்துக் கொள்வதால் உடல் எடை குறையும்; செப்புப் பாத்திரத்தில் பச்சைக் கற்பூரத்துடன் துளசி இலைகளைப் போட்டு ஊறின நீர் தொடர்ந்து குடித்தால் நரை தோன்றாது என எளிய மருத்துவ முறைகள் விளக்கப்படுகின்றன.

வீட்டைக் கட்டிக் காக்கும் பெண் இக்கட்டுரைகளைப் படித்து மருத்துவ அறிவினைப் பெற்றால் அப்பெண் மட்டுமின்றி, மொத்தக் குடும்பமே நலம் மிக்க வாழ்வு கொள்ளும் என்பது உறுதி.

டியர்... டாக்டர்

இது உடல் ஆரோக்கியம் குறித்து மகளிர்கேட்கும் கேள்விகளுக்குத் தக்க மருத்துவ நிபுணரைக் கொண்டு விடையளிக்கும் பகுதியாகும். மகளிர், தம்குடும்பம், தோழியர், உறவினர் போன்றோரின் உடல்நிலை குறித்து எழும் ஐயங்களுக்கு வினா எழுப்பித் தெளிவுறுகின்றனர். மருத்துவரிடம் நேரில் சென்று கேட்கத் தயங்குவதைக் கூட, மகளிர் இப்பகுதியில் கேட்டுத் தெளிவது இப்பகுதியின் சிறப்பு.

கல்வியறிவு பெற்ற மகளிரானாலும், கல்வியறிவு பெறா மகளிரானாலும் குடும்ப ஆரோக்கியத்தில் கவனம் செலுத்துவதை மகளிர்தம் கடமையாகக் கருதுகின்றனர். மருத்துவ அறிவினைப் பெறும் பெண், தன்னை மட்டுமின்றித் தம் இல்லத்தையே நோயின்றிப் பேணுகிறாள். அவ்வகையில் மகளிர் நலனில் அக்கறை செலுத்தும் 'அவளின்' மற்றொரு சிறப்புக் கட்டுரை இதுவாகும். எடுத்துக்காட்டுக்குச் சிலவற்றை இங்கே காண்போம். 21வயது நிரம்பிய பெண் ஒருவர் பிளஸ்டூ படிக்கும் பொழுது தன் காதுகளில் இரைச்சல் கேட்டதாகவும், காது கேட்கும் கருவியைப் பொருத்திய பிறகும் அக்குறை தீராதது குறித்தும் எழுதி, காது இரைச்சலை முற்றிலுமாகக் குணப்படுத்த முடியுமா? என வினா எழுப்பி உள்ளார். இளம் பெண்களின் மனநிலையினைப் பாதிக்கும் நுட்பமான சிக்கலான. இவ்வினாவிற்கு காது, மூக்கு, தொண்டை சிறப்பு நிபுணர் மருத்துவர் சுரேந்திரன் பதில் அளித்துள்ளார்.

தாய்க்கும், பிறந்த குழந்தைக்கும் ரத்தத்தில் Rh பொருத்தத்தில் சிக்கல் இருந்தால், (தாயின் ரத்தவகை Rh நெகட்டிவ் ஆக இருந்து குழந்தைக்குப் பாசிட்டிவ் ஆக இருப்பது) குழந்தைக்கு மஞ்சள் காமாலை வந்து வலிப்பில் கொண்டு போய்விட்டுவிட வாய்ப்பு அதிகம் உண்டு. அப்படித்தான் உங்களுக்கும் நிகழ்ந்திருக்கிறது. வலிப்பினால் நரம்பு மண்டலம் பாதித்து, கேட்கும் திறன் கேள்விக்குறி ஆகும்போது, ஹியரிங் எய்ட் பொருத்திக் கொள்வதே நல்லது எனக் கூறுவதுடன் ஆடியாலஜிஸ்ட் எனப்படும் ஹியரிங் எய்டு நிபுணர்களையும் கலந்து ஆலோசித்து, இரைச்சல் வராத, சிறப்பான கருவியைப் பொருத்திக் கொள்ளும்படி ஆலோசனை அளிக்கும் மருத்துவர், "ஆட்டோஸ்பான்ஜியோசிஸ்" எனப்படுகிற வம்சாவளியாக வருகிற சிக்கலா என்பதையும் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளச் சொல்கிறார்.

பாலியல் உணர்வு, உடலில் ஏற்படும் வெண்புள்ளி, இளம் பெண்களுக்கு ஏற்படும் உடல், மனம் தொடர்பான சிக்கல்கள், சர்க்கரை நோய், டான்சில், புற்றுநோய் போன்ற நோய்கள் குறித்தும் லெஸ்பியன் உறவு, தாம்பத்ய உறவு என மருத்துவரிடம் நேரில் கேட்கத் தயங்கும் பல்வேறு வினாக்களை மகளிர் கேட்டுத் தெளிவு பெற்றுள்ளனர் என்பது இப்பகுதியின் சிறப்பு.

இளம் மகளிர் முன்னேற்றத்தில் 'அவள்'

இளைய தலைமுறைப் பெண்களின் சிறுமைகளை வெளிக் கொணரவும், தலைமுறை இடைவெளியினை நீக்குவதற்கும், இளம்

பெண்களுக்குத் தேவைப்படும் அறிவுரைகளை வழங்கி அவர்களை நல்வழிப்படுத்துவதற்கும் 'அவள்' தரும் முயற்சி குறிப்பிடத்தக்கது. இது இளம் பெண்கள் வேடிக்கை விளையாட்டுடன், பண்பட்ட சிந்தனை படைத்தவர்கள் என்பதை எடுத்துக்காட்டும் பகுதியாகத் திகழ்கிறது. 'காலேஜ் காம்பஸ்' பகுதி. ஜுலை, 29, 2005ஆம் ஆண்டு தொடங்கப்பட்டுள்ள இப்பகுதி இளம் மகளிரின் பலவிதப் பரிமாணங்களை வெளிப்படுத்துவதாக அமைந்துள்ளது.

"எங்களுக்கு ஏகப்பட்ட திறமைகள் இருக்கின்றன. அவற்றை வெளிப்படுத்தவும், அரங்கேற்றவும் சரியான மேடையின்றித் தவிக்கிறோம். தவிர, எங்களை எத்தனையோ பிரச்னைகள் தவிக்க வைக்கின்றன. குழப்பங்கள் ஆட்டிப்படைக்கின்றன. இவற்றுக்கு ஒரு தீர்வு தரவும் 'அவள் ஒரு வழி செய்யலாமே...' என்கிற ரீதியில் கடிதங்களும் போன் கால்களும் மின்னஞ்சல்களும் கல்லூரித் தோழிகளிடமிருந்து ஏராளமாக வந்து கொண்டே இருந்தன. அதே சமயம் எங்கள் வீட்டில் வளர்ந்து நிற்கும் பெண் குழந்தைகளை நாங்கள் புரிந்து கொள்ளவும் அவர்களின் திறமைகளைக் கண்டறிந்து வழி நடத்தவும் வசதியாக இன்னும் சில செய்திகளைத் தரலாமே எனக் குடும்பத் தலைவிகளிடம் இருந்தும் கடிதம் வந்ததாகவும் இருதரப்பினரின் கேள்விகளுக்கும் பதில் தரவேண்டும் எனும் தவிப்பின் காரணமாக, ஆழ்ந்த சிந்தனை மற்றும் நீண்ட தேடலின் விளைவாக உருவாக்கியதுதான் "காலேஜ் கேம்பஸ், பகுதி" என ஆசிரியர் இப்பகுதி குறித்து (ஜுலை 29, 2005) நமக்குள்ளே... பகுதியில் தெரிவிக்கிறார். இளம்பெண்களின் முன்னேற்றத்தில் 'அவள்' காட்டும் அக்கறையினை ஆசிரியரின் கருத்து வலியுறுத்துகிறது. இப்பகுதி கல்லூரி மாணவியர் மட்டுமல்ல. இல்லத்தரசிகளும் தங்களது இளமைக்கால நினைவுகளைப் பகிர்ந்து கொள்ள வாய்ப்பளிக்கிறது. இத்துடன் நிபுணர்களின் கருத்தும், கட்டுரையும் ஆலோசனைக் குறிப்புகளும் இடம்பெறுவது கூடுதல் சிறப்பு.

கவுன்சிலிங் ஹால்: இப்பகுதி மாணவியரின் பலவிதச் சிக்கல்களுக்குத் தீர்வளிக்கும் பகுதியாகத் திகழ்கிறது. இளம்வயதில் தன் தோற்றம் குறித்துக் கவலை தெரிவித்து வினா எழுப்பியுள்ள மாணவிக்கு, மருத்துவர், மனநல ஆலோசகர் இருவரும் சிறப்பாகப் பதில் அளித்துள்ளனர். அது முன்னேற்றத்திற்குத் தோற்றம் முக்கியமல்ல என்பதைப் புரிய வைக்கும் பதிலாகும். மாணவியரின் சொந்த வாழ்வில் இடம்பெற்ற சிக்கல்களுக்குக் குடும்ப நல ஆலோசகர் வழி தீர்வளித்தல், மேற்கொண்டு படிக்க வேண்டிய கல்வி குறித்துக் கல்வியாளர்களைக்

கொண்டு ஆலோசனை, அழகு குறித்த வினாக்களுக்கு அழகுக்கலை நிணணரைக் கொண்டு குறிப்பளித்தல், மாணவ மாணவியர் படிப்பதை மறந்து விடுதலுக்கு முழுமையாக நினைவில் வைத்துக் கொள்ளும் வழிமுறைகளை உளவியல் நிபுணரைக் கொண்டு எடுத்துரைக்க வைத்தல் என மாணவியரின் முன்னேற்றத்திற்கு உதவும் வகையில் வடிவமைத்திருக்கும் இப்பகுதி, இளம் மாணவியருக்கு மிக்க பயன் அளிக்கும்.

'ஷாக் அனுபவம்' எனும் பகுதி தங்கள் வாழ்வில் அல்லது தம் நண்பர்கள் வாழ்வில் இடம்பெற்ற மனத்தை உலுக்கும்படியான சம்பவங்களை விளக்குவதாக அமைந்துள்ளது. தற்போதைய வேகமான வாழ்க்கை முறையில் இளம் பெண்கள் சந்தித்து வரும் சிக்கல்கள் பல விதம். தொலைக்காட்சியில் 'காதல்' குறித்துப் பேசுவதும், 'நான் உன்னை விரும்புகிறேன்' எனும் வகையில் செய்திகள் ஓடிக் கொண்டிருப்பதும் மிகச் சாதாரண நிகழ்வாகிவிட்ட நிலையில் அதுபோன்ற பேச்சுகளும், செய்திகளும், சம்பந்தப்பட்டவர் வாழ்வில் எத்தகைய விளைவுகளை ஏற்படுத்துகின்றன; இதனால் வாழ்நாள் முழுவதும் சிரமப்படும் பெண்களின் நிலை என்ன என நடப்பு நிகழ்ச்சிகளைப் படம்பிடித்துக் காட்டுகிறது 'ஷாக் அனுபவம்' பகுதி இது. படிப்போர்க்குப் படிப்பினை ஊட்டும் பகுதியாகும்.

பட்டர்ஃபிளை பற பற: இப்பகுதி ஒவ்வொரு கல்லூரியிலும் நடைபெறும் கலை நிகழ்ச்சி, தேர்வு நேரப் பரபரப்பு, புதிய ஃபாஷன், கல்லூரி மாணவிகளின் உடை, கல்லூரிகள் கொண்டாடும் சிறப்பு விழாக்கள் எனப் பல செய்திகளை எடுத்துக் காட்டுகிறது. 'அவள்' நிருபர்கள் வழி திரட்டப்படும் செய்திகளின் தொகுப்பாக இப்பகுதி திகழ்கிறது.

ஸ்டிக்கர் மொழிகள், சிறுசிறு வாக்கியங்கள், அறிவுரை, தத்துவம் என அமையும் பொன்மொழிகள் இப்பகுதியில் உள்ளன. உதாரணத்திற்குச் சில: 'பல பேர் வெற்றியைக் கனவு காண்கிறார்கள். சில பேர் அதற்காக உழைக்கக் கிளம்பிவிடுவார்கள்'; எட்டி உதைக்கும் குதிரையைவிடப் பொதி சுமக்கும் கழுதை மேல். 'உலகம் முழுவதிலும் மனிதர்கள் பல மொழிகளில் பேசுகிறார்கள். ஆனால் ஒரே மொழியில்தான் புன்னகைக்கிறார்கள். இவ்வாறான சிறுசிறு செய்திகள் வழி சிந்தனையைத் தூண்டும் பகுதி இது.

காதல் எனப்படுவது யாதெனில்... என்பது டாக்டர் ராஜ்மோகன் எழுதும் தொடர் பகுதியாகும். காதல் வசப்பட்ட கல்லூரி

மாணவியரின் நிஜக் கதைகள் இதில் இடம்பெறும். தன்னிடம் ஆலோசனைக்கு வந்த மாணவியரின் காதல் கதைகளை, அனுபவமற்ற மாணவியர் 'காதல்' எனும் பள்ளத்தில் விழுந்து சோதனைக்குள்ளான நிகழ்ச்சிகளை விளக்கி எது காதல்? என இளம் மாணவியருக்கு எடுத்துரைக்கிறார். பொய் நிறைந்த கவர்ச்சி மிகுந்துள்ள இன்றைய சமுதாயத்தில் நடமாட வேண்டிய கட்டாயத்தில் இருக்கும் இன்றைய இளம்பெண்களுக்குத் தேவையான பகுதி இது.

கவிதை: இளம் கல்லூரி மாணவிகளின் படைப்புத் திறனை வெளிப்படுத்தும் பகுதியாகும். 'பிரிவொன்றைச் சந்தித்தோம்' எனும் தலைப்பில் வெளியாகியுள்ள கவிதை ஒன்று.

துள்ளிக் குதித்து
விளையாடியிருக்கிறோம்!
ஊர் உலகையெல்லாம்
கதிகலங்க வைத்திருக்கிறோம்!
இன்று
கையசைப்பதற்குக் கூட
கஷ்டப்படுகிறோம்
பிரிகையில்! (ஏப்ரல் 14, 2006, ப. 64)

பெண்மையின் கடமையுணர்வினை எடுத்துக்காட்டும் மற்றொரு கவிதை,

நேற்று திருமணம்...
இன்று நீதிமன்றத்தில்
கடமை தவறாத பெண் வக்கீல்!

இவை தவிர மார்க்கெட்டில் லேட்டஸ்ட் (புதுமையாக அங்காடிகளில் விற்க வந்துள்ள பொருளினை அறிமுகப்படுத்தும் பகுதி, கேட்வாக் (க்யூட்டான மாடல், க்ரியேட்டிவ் டிசைனர், கலர் கலர் ஆடைகள் இணைந்து மிரட்டும் கலக்கல் கூட்டணி இது எனும் அறிவிப்புடன் ஆடை அலங்கார அணிவகுப்புப் பகுதி), எஸ்.எம்.எஸ். ஜோக், அட்டை மொழிகள் (வாழ்த்து அட்டைகளிலிருந்து சில வரிகள்), லெக்சரர் பக்கம் (விரிவுரையாளர் தம் கல்லூரி அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளுதல்), இளம்பெண்களின் கலை வண்ணப் படைப்புகள் (மெஹந்தி, கைக்குட்டை ஓவியம், கோலம் முதலான படைப்புகள்) எனப் பல செய்திகளை உள்ளடக்கியதாகத் திகழும் இப்பகுதி இளம்மகளிரின் முன்னேற்றத்திற்கு வழிகாட்டும் பாதையாக அமைந்துள்ளது எனலாம்.

இளம் பெண்களின் முன்னேற்றத்தில் 'அவள்' தனது சிந்தனையைச் செலுத்தி உள்ளதுபோல் இளம் தாய்மார்களின் குழந்தை வளர்ப்பிற்கும் 'அவள்' உதவியுள்ளது. இளம் தாய்மார்களுக்காக அவள் உருவாக்கியுள்ள பகுதி மம்மீஸ் கிளப்.

மம்மீஸ்கிளப்

இந்தியாவின் சிறப்பம்சங்களில் ஒன்று குடும்பம். பிற வெளிநாட்டுப் பண்பாடுகளில் இல்லாத ஒன்று; பல பண்பாட்டுக் கலப்பு, சிதைப்புகளுக்குப் பிறகும் கலையாத மரபாக உள்ளது குடும்பம், பெண்ணியம் பேசும் எத்தகைய மகளிரும், தம் குடும்பத்தின் மீது தனிக்கவனம் செலுத்தாமல் இருப்பதில்லை. அதிலும் குழந்தை வளர்ப்பு, குழந்தைகளின் மன உணர்வுகளை அறிந்து செயல்படுவது என்பது ஒவ்வொரு இளம் தாய்மார்களுக்கும் உள்ள அரிய சவாலாகும். குழந்தை வளர்ப்பும் ஒரு கலைதான். இது ஆரோக்கியமான பொறுப்பான இளைய சமுதாயத்தினரை உருவாக்கும் கலையாகும். இக்கலையினைப் பயிற்றுவிக்க 'அவள்' முயல்வது குறிப்பிடத்தக்கது.

இது அம்மாக்களுக்கான பகுதி! இங்கே இளையதலை முறை தங்கள் சந்தேகங்களைக் கேட்கலாம். மூத்த தலைமுறை தங்கள் அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம். (ஏப். 14, 2006, ப.36) எனத் தொடங்குகிறது இப்பகுதி. முதல் பகுதியிலேயே இது தனது தனி முத்திரையினைப் பதித்துள்ளது.

சமீபத்தில் சென்னையைச் சேர்ந்த பள்ளிக்குழந்தைகள் 5000 பேரிடம் நடத்திய பரிசோதனையில் 40 முதல் 50 சதவிகிதம் பேர் 'டிஸ்லெக்ஸியா' எனப்படும் 'கற்றலில் குறைபாடு' உள்ள குழந்தைகளாக இருக்கிறார்கள் என்பது தெரிய வந்தது. இது கிளினிகல் நியூரோ சைகாலஜிஸ்ட் விருதகிரிநாதனின் தகவல். ஏதோ சிலருக்கு வருகிற தனிப்பட்ட குறைபாடு என்கிற நிலைமாறிக் கிட்டத்தட்ட பாதிக்குப் பாதி குழந்தைகள் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனரே? இது என்ன மாதிரியான குறைபாடு? ஏன் எதனால் இக்குறைபாடு வருகிறது? அதனைக் கண்டறியும் முறை என்ன? இதற்கான சிகிச்சை என்ன? இதற்கெல்லாம் விளக்கம் அளித்துள்ளார் விருதகிரிநாதன். இவர் கற்றலில் குறைபாடு உள்ள குழந்தைகளுக்காகச் சென்னை நுங்கம்பாக்கத்தில் 'தி ஹெல்ப் சைல்ட்' என்னும் பயிற்சி மையம் நடத்தி வருபவர் ஆவார்.

'டிஸ்லெக்ஸியா' எனப்படுவது மூளையின் வல, இடப் பகுதிகளின் செயல்பாட்டு விகிதம் மாறுபடும்போது ஏற்படுகிற

நரம்பியல் கோளாறு. (நியூரோ பயாலஜிகல் டிஸார்டர்). இது ஏற்படுவதற்கான காரணம் கண்டறியப்படவில்லை. இக்குறைபாடு இருக்கிற குழந்தைகளை வெளிப்பார்வையில் கண்டுகொள்ள முடியாது. அவர்களின் அறிவுத் திறன் சாதாரணமாக அல்லது அதைவிட அதிகமாகவே இருக்கும். ஆடல், பாடல், விளையாட்டு என எல்லாவற்றிலும் நல்ல திறமையுடன் இருக்கும் இந்தக் குழந்தைகள் படிப்பது, எழுதுவது, வாசிப்பது, கணக்குப் போடுவது என்று வரும்போது தான் தடுமாறுவார்கள். அதனால்தான் இந்தக் குறைபாட்டைக் 'கற்றலில் குறைபாடு' என்கிறோம்' என இளம் தாய்மார்களுக்கு விளக்கி, தம் குழந்தைகளுக்கு இக்குறைபாடு இருந்தால் கண்டறிவது எப்படி? அதற்கான வழிமுறைகள், குறைபாடு இருந்தால் சரி செய்வதற்கான முறைகள் முதலான இன்றியமையாத் தகவல்களைக் கட்டுரை தருகிறது.

குழந்தைகளைச் சாப்பிடவைப்பதும் ஒருகலைதான். குழந்தைகளைக் கட்டாயப்படுத்தாமல், அவர்களுக்குப் பிடித்தவற்றைக் கொடுத்து உண்ணவைப்பது சிரமமான செயல்தான். குழந்தைகளுக்குப் பிடித்தமானவற்றைச் செய்வது குறித்தும், அவர்கள் தனித்தன்மை கொண்டவர்களாக வளர்வது குறித்தும் மற்றொரு கட்டுரை விளக்கம் தருகிறது. சாப்பிட வைப்பது சரி; ஆனல் ஊட்டி வளர்க்காதீங்க? அது மிகவும் தவறான பழக்கம். மூன்று வயதிலிருந்தே குழந்தைகளைத் தானாகவே சாப்பிடப்பழக்குங்கள் எனப்போதிக்கிறது பிறிதொரு கட்டுரை. அதே போல் பிற குழந்தைகளுடன், தன் குழந்தைகளை ஒப்பிட்டுப்பேசி, இளம் மனதின் சிறகுகளை முறித்து விடாதீர்கள் எனக் கட்டுரை அறிவுறுத்துகிறது.

முதல்முதலாகப் பள்ளிக்குச் செல்லும் குழந்தைகளை எவ்வாறு தயார் செய்வது? ஒரு குழந்தை தானாகச் சாப்பிடும் பொழுதுதான் கைக்கும் வாய்க்குமான ஒருங்கிணைப்பினைக் கற்றுக் கொள்கிறது. எனவே, குழந்தைகளைத் தானாகவே சாப்பிடப் பழக்குவது எப்படி? குழந்தைகள் கேட்கும் கேள்விகளுக்குப் பொறுமையாக எவ்விதம் பதில் அளிப்பது? முதலான பல செய்திகளை உள்ளடக்கியதாகக் கட்டுரை உள்ள இப்பகுதி, இளம் தாய்மார்களுக்குப் பயனுள்ளதாக அமையும் என்பது உறுதி.

'இதுக்கெல்லாம் எப்படி பதில்சொல்வது?' என்று குழந்தைகளின் கேள்விகளுக்குப் பதிலளிக்கத் தயங்கினால் பதில்களைத் தேடி அவர்கள் வெளியில் அலையத் தொடங்குவார்கள். அது மிகவும்

அபாயகரமானது' என எச்சரிக்கும் கட்டுரை இன்றைய இளம்தாய்மார்களுக்குச் சரியான வழிகாட்டி (ஜூலை 7, 2006, ப.20). குழந்தைதானே? என்று அவர்கள் கேட்கும் கேள்விகளை அலட்சியப்படுத்தக் கூடாது. மிகவும் சின்னக் குழந்தை எனில் தாங்கள் பார்த்தது, கேட்டது குறித்துக் கேள்வி கேட்கும். அவர்களுக்குப் பயமுறுத்தும் விதமாக அன்றி, சாதாரணமான பதில் சொன்னால் போதும். 12 வயதிற்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளுக்கு இலைமறைகாயாகத் தேவைப்படும் பாலியல் விபரங்களைச் சொல்ல ஆரம்பிக்கலாம். 12 வயதில் தொடங்கிப் படிப்படியாகத் தரப்படும் பாலியல் குறித்தான விழிப்புணர்வு, குழந்தை கல்லூரி செல்லும்போது முழுமை பெற்றிருக்கும் வகையில் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள் என வலியுறுத்தும் கட்டுரை, ஊடகங்கள் வழி தவறான அறிவினைப் பெற முயலும் இக்காலக் குழந்தைகளைத் திசைதிருப்பிச் சரியான வழியில் இட்டுச் செல்ல உதவும்.

இப்பகுதியில் எழுதப்பட்டுள்ள கட்டுரைகள் உரிய நிபுணர்களைக் கொண்டு எழுதச் செய்திருப்பது 'அவளின்' மற்றொரு சிறப்பு. குழந்தைகள் மனநல நிபுணரைக் கொண்டு எழுதப்பட்ட மற்றொரு கட்டுரை, பணிக்குச் செல்லும் இளம்தாய்மார்கள், தங்கள் குழந்தைகளை மன அழுத்தத்திற்கு உட்படுத்தாமல் பள்ளிக்கு அனுப்பத் தயார் செய்வது எப்படி? தங்கள் வேலைகளைத் தாங்களே செய்து கொள்ளப் பயிற்றுவிப்பது எப்படி? என எடுத்துரைக்கிறது. நகரத்தில் உள்ள இன்றைய இளம்பெண்களுக்குப் பயனளிக்கும் இக்கட்டுரை.

குழந்தைகளைக் குறித்து அனைத்து விதமான விழிப் புணர்வினையும் மகளிருக்கு அளிப்பதன் மூலம், குறையற்ற சமுதாயத்தை உருவாக்க இயலும் எனும் 'அவளின்' தவிப்பினை மற்றொரு கட்டுரை எடுத்துக் காட்டுகிறது. சென்னை-தி.நகரிலுள்ள கர்நாடக சங்கத்தில் ஏ.டி.ஹெச்.டி ஆட்டிஸம் என்று குழந்தைகள் உலகை உலுக்கும் குறைபாடுகள் குறித்துப் பிரபல நரம்பு மருத்துவஉளவியல் நிபுணரான விருதகிரிநாதன் நடத்திய 'ரீஹாப்-2006' எனும் கருத்தரங்கில் அவளின் நிருபர்கள் கலந்து கொண்டு, கருத்தரங்கில் இடம்பெற்ற கேள்வி-பதில் பகுதிகளை அனைத்து மகளிரும் பயனுறும் வண்ணம் அளித்துள்ளது சுட்டத்தக்கது.

எனினும் குழந்தை வளர்ப்பில் தந்தைகளின் பங்கும் உள்ளது என்பதை எடுத்துரைக்காதது இப்பகுதியின் குறைபாடே ஆகும். முழுக்க முழுக்க குழந்தை வளர்ப்பு பெண்களுக்கே உரிமையாகியுள்ளது எடுத்துரைக்கத் தக்கது. எனினும் இளம்தாய்மார்களுக்கு இப்பகுதி பயனுள்ளதாக அமையும் என்பதில் மாற்றுக்கருத்து இல்லை.

இல்லத்தரசிகளுக்காக 'அவள்'

இல்லங்களை அரண்மனைகளாக, அமைதிப் பூங்காக்களாக, மனச் சோர்வில் இருந்து விடுதலை அளிக்கும் மருத்துவ நிலையங்களாக, ஆன்மீகக் கோவில்களாக, நாவிற்குச் சுவையளிக்கும் உணவுகளைத் தரும் உணவிடங்களாக, கலைக் கோயிலாக இன்னும் பலவிதமான சிறப்பம்சங்களைக் கொண்ட இடமாக உருவாக்குவதில் முன்னணியில் இருப்போர் இல்லத்தரசிகள் ஆவர். பணிக்குச் செல்லும் மகளிரானாலும் சரி, வீட்டில் இருப்போராக இருந்தாலும் சரி, தமது இல்லங்களைச் சிறப்பாக அலங்கரிப்பதில், விதவிதமான உணவுவகைகள் தயாரித்தும் குடும்பத்தினரை மகிழ்விப்பதிலும் மகளிருக்கு இணை மகளிர்தான். அதிலும் அண்மைக்காலங்களில் இல்லங்களைச் சிங்காரமாக்கலும், பலவித உணவுகளைத் தயாரிப்பதும் ஒரு மரபாகவே மாறிவிட்டநிலை காணப்படுகின்றது. இதிலும் 'அவள்' தனிக்கவனம் செலுத்தி வருகின்றது.

இல்லத்தரசிகளுக்கெனச் செய்து மகிழுங்கள், சமையல், வாசகிகள் கைமணம், டிப்ஸ், கோலங்கள், பாட்டி வைத்தியம், பழகிய பொருள் அழகிய முகம் (அழகுக் குறிப்பு), டியர் டாக்டர் என்ற இவை அனைத்திற்கும் சிகரமாகச் சமையல் குறிப்புகள் அடங்கிய 32-பக்க இலவச இணைப்பு என்ற இவையனைத்தையும் வழங்குவது 'அவளின்' சிறப்பு.

செய்து மகிழுங்கள்

இது சிறந்த கலைவண்ணப் படைப்புகளைக் கற்றுத்தரும் பகுதியாகும். வீட்டில் இருக்கும் இல்லத்தரசிகளும், இளம் பெண்களும் இதனைக் கைவேலையாகக் கற்றுக் கொள்வதுடன், சற்றுப்பெரிய அளவில் செய்தால் விற்பனை செய்து வருமானம் ஈட்டலாம். பெண்களின் முன்னேற்றத்திற்குக் கைகொடுக்கும் பகுதியாகும்.

நாம் ஒருவருக்கொருவர் அன்பு, காதலினை வாழ்த்து அட்டைகள் வழிப் பரிமாறிக் கொள்வது வழக்கம். வாழ்த்து அட்டைகள் ரூ.20 முதல் ரூ.500 வரை கூட விற்பதுண்டு. இதனை நாமே தயாரிக்கும் பொழுது விலையும் குறைவு. விற்பனை செய்வதும் எளிது. இதன் வழி பொருள் ஈட்டுவதும் சுலபம். எளிமையான, வித்தியாசமான நூல் ஓவிய வாழ்த்து அட்டையினைச் செய்வதற்கு ரேகா கற்றுக்கொடுத்துள்ளார்.

மரக்கடைகளில் வீணாகிக்கிடக்கும் மூங்கிலின் அடிப்பாகத்தை ஆதாரமாக வைத்துப் பூத்தொட்டி செய்வதற்கு மதுரையைச் சேர்ந்த

ஜானகி கற்றுக் கொடுத்துள்ளார். அலங்காரக் கண்ணாடித் துண்டுகள், வண்ணப்பூச்சு, ஃபோம் ஷீட் முதலான எளிதில் , விலை குறைவாகக் கிடைக்கக் கூடிய பொருள்களை வைத்துச் செய்யக் கூடிய இப்பூத்தொட்டியினைத் தொலைபேசி மேசை, மீன் தொட்டியின் அருகில், அழகு மேசை, உணவு மேசை என விரும்பிய இடத்தில் அமர்த்தி அழகு பார்க்கலாம். வீட்டை அலங்கரிக்க விரும்புவது இன்றைய மக்களின் இரசனைகளில் ஒன்று. எனவே இக்கைவண்ணத்தினைக் கற்றுக் கொள்ளும் பெண்களின் வருமானம் பெருகுவதும் எளிது.

இளம் பெண்களின் பழைய துப்பட்டாவினை (தாவணி போன்ற துணி) வைத்துத் தாம்பூலப்பை, கைக்குட்டை, தலையணை உறை, குஷன் உறை, புடவை உறை, தொலைபேசி விரிப்பு, குழந்தைத் துணி முதலானவற்றைச் செய்வது எப்படி எனக் கற்றுத் தருகின்றது மற்றொரு கட்டுரை.

ஐஸ்கிரீம் சாப்பிட்டு விட்டு, குச்சிகளை அலட்சியமாகத் தூக்கி எறிந்து விடாதீர்கள். பொருள் ஈட்ட வழி அதிலும் இருக்கிறது என்பதை உணர்த்துகிறார் கைவினை கலைஞர் சுஜாதா. ஐஸ்கீரிம் குச்சி, சாட்டின் ரிப்பன், சிறிய மணிகள், அலுமினிய வளையல்கள், பிளாஸ்டிக் இலைகள் முதலான பொருட்களைக் கொண்டு சுவரில் தொங்கவிடக் கூடிய அழகிய கைவண்ணத்தைக் கற்றுத்தந்துள்ளார்.

துணியில் போடும் 'ஸ்டென்ஸில் பெயின்டிங்' ஸ்கிரீன் பிரிண்ட் போலவே வண்ண ஜாலம் காட்டும் என்கிறார் சாந்தி. புடவை, தலையணை உறை பேன்ற அனைத்துத் துணிகளிலும் இக் கைவண்ணத்தினை மேற் கொள்ளலாம்.

மேலைநாடுகளின் கிறிஸ்துமஸ் அலங்காரப் பொருட்களில் சிறப்பிடத்தினைப் பெறும் மெழுகுவர்த்தி அலங்காரத்தினையும் 'அவள்' கற்றுத் தருகிறது. உடுத்துகின்ற உடைக்குப் பொருத்தமாக அணிய, கம்மல், மாலை போன்றவற்றைச் செய்வதற்குக் கற்றுத் தருவது இளையதலைமுறைக் கல்லூரி மாணவி பனிமலர் ஆவார். இவர் வெறும் காகிதத்தையும், பாசிமணிகளையும் வைத்துக் கொண்டு அற்புதம் படைக்கிறார். இவை போன்ற கலைப் படைப்புகள் மகளிரின் கற்பனைத் திறன், கைத்திறனை வளர்ப்பதுடன் பொருளீட்டுவதற்கும் வழிகாட்டியாய்த் திகழ்ந்து மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கு உதவுகின்றன.

சமையல்

இப்பகுதி இல்லாத மகளிர் இதழ்களே இல்லை எனலாம். சமையல் நன்றாகத் தெரிந்தவர்களுக்குச் சிக்கல் இல்லை. இன்றைய

புதிய யுகப் பெண்கள் கல்லூரிப்படிப்பு, பன்னாட்டு நிறுவனங்களில் பணி என வாழ்க்கைச் சூழலை மாற்றிக் கொண்டுள்ள நிலையில் சமையல் கலையினைக் கற்றுக் கொள்வது அரிதாகவே உள்ளது. அதிலும் வட இந்திய, இத்தாலிய, துரித உணவு வகைகள் பெருகி விட்ட இன்றைய காலக்கட்டத்தில் பாரம்பரிய உணவு முறைப் பழக்கம் மறக்கப்பட்டு வருகின்றது. 'அவள்' சமையல் பகுதியில் தென்னிந்தியச் சமையல், அயல்நாட்டுச் சமையல் ஆகியவை இடம்பெறுகின்றன. குறிப்புகளைத் தருவதுடன் மட்டுமின்றி, இதழினை வாசிக்கும் வாசகியரையும் ஊக்குவித்து, அவர்கள் கைமணத்தையும் 'அவள்' பதிவு செய்கிறது. தக்க சமையல்கலை நிபுணரைக் கொண்டு வாசகிகளின் குறிப்புகள் தேர்ந்தெடுக்கப்படுவதுடன், உரிய ஆலோசனைகளும் வழங்கப் பெறுதல் இப்பகுதியின் தனிச்சிறப்பு. இவற்றுடன், என்றும் பாதுகாத்து வைத்துக் கொள்ளும் வண்ணம், இனிப்பு உருண்டை, பஃபி முதல் சாம்பார் வரை, பழங்களில் 30 வகை உணவுகள், போண்டாவடை, பச்சடி, பக்கோடா, தோசைவகைகள், கிழங்குச் சமையல், சப்பாத்தி வகைகள், கஞ்சி, குளிர் உணவுகள், பிரியாணி வகைகள், உடல் ஆரோக்கியத்திற்கேற்ற உணவு வகைகள், இட்லி, குழம்பு, அசைவ உணவு, பூரி, சிற்றுண்டி வகை, பொடிவகைகள், குறைவான எண்ணெய்யில் சுவையான சமையல், கூட்டு வகைகள் என 30 வகை உணவுச் செய்முறையினை இலவச இணைப்பாகச் சிறிய புத்தகமாகத் தருகின்றது. எளிதில் புரிந்து கொண்டு எவரும் தயாரிக்கும் வண்ணம் உள்ள இப்புத்தகக் குறிப்புகள் மகளிருக்கு மட்டுமல்ல, அயல் நாடுகளில் தங்கிப் பணிபுரியும் ஆடவருக்கும் வழிகாட்டுபவை. உணவுச் சிக்கல்களில் இருந்து இவை விடுவிப்பவையாகும்.

கோலங்கள்

படைப்புத்திறன், கலைநயம், வண்ணச் சேர்ப்பு, கணித எண்ணிக்கை, அழகுத்திறன் போன்றவற்றை மேம்படுத்த வல்லவை கோலங்கள். மகளிரின் சிந்தனைத் திறனை ஊக்குவிக்கும் முயற்சியாகக் கோலப்போட்டிகள் நடத்தப்பட்டு, கோலங்கள் இதழில் இடம் பெறுவதுடன், 'கோலங்கள்' எனப்படும் தொலைக்காட்சி மெகா தொடரிலும் இடம்பெறச் செய்யப்பட்டுள்ளன. அழகழகான வண்ணப்பொடிக் கோலங்கள் தொடர்ந்து ஒவ்வொரு இதழிலும் இடம்பெற்று வருகின்றன.

பழகியபொருள் அழகிய முகம்

வீட்டில் பயன்படுத்தும் பால் (பாலாடை), தயிர், எலுமிச்சை, ஆரஞ்சுப்பழம், மருதாணி இலை, செம்பருத்தி இலை, விளக்கெண்ணெய்,

பீட்ரூட் சாறு, வெந்தயம் முதலான பழகிய பொருட்களைக் கொண்டு அழகிய முகம் உருவாகத் தருகிறது 'அழகுக் குறிப்புப்' பகுதி. இவைத் தவிர திரையுலகப் பெண்கள் அழகுக் கலை நிபுணர்களைக் கொண்டும் 'அழகுக் குறிப்பு'களைக் கொடுத்து 'ஆள்பாதி அழகு பாதி' எனும் புதுமொழியை 'அவள்' உருவாக்குகிறது எனலாம். புத்துணர்ச்சியுடன் அழகினைப் பேணும் மகளிர், தன்னம்பிக்கை பெற்றுச் செயல்படுவர் என்பது குறிப்பிடத் தக்ககது.

டிப்ஸ்

இல்லத்திற்குத் தேவையான, வெளியூர்களுக்குச் செல்லும் பொழுது கடைப்பிடிக்க, அன்றாட வாழ்விற்குத் தேவையான, அலுவலகம் செல்வதற்கு வசதியாக, எனப் பல நேரங்களில் பயன்படும் குட்டிக்குட்டிச் செய்திகளை 'டிப்ஸ்' எனும் தலைப்பில் வாசகியருக்குப் பயனளிக்கும் விதத்தில் 'அவள்' அளிக்கிறது. பிற வாசகியரைக் கொண்டே எழுதச்செய்து, அதனையே வெளியிடுவது படிப்போரை எழுதத் தூண்டும் உத்தியாகவும் அமைகிறது.

'அவள்' - கதை, கவிதை

ஆய்விற்கு எடுத்துக் கொண்ட 'அவள்' இதழில் திருமதி ரமணி சந்திரனின் 'வெண்ணிலவு சுடுவதென்ன' எனும் தொடர்கதை இடம்பெற்றுள்ளது. பொதுவாக ரமணி சந்திரன் தன் கதை நாயகியைத் தைரியமானவளாக, வாழ்க்கையில் எதிர் நீச்சல் போடும் பெண்ணாக, பெரிய குடும்பத்தைச் சார்ந்த பெண்ணாயினும் தன்மானம் மிக்கவளாக, உறவுகளை மதிப்பவளாக, பாசப்பிணைப்புக் கொண்ட பெண்ணாகப் படைப்பது வழக்கம். அம்மரபுகளை மீறாமல், இத் தொடர்கதையிலும் தன் நாயகியினைப் படைத்துள்ளார். தன் மகளுடன் தனித்து வாழும் சுதாகரி, தனது இரு சக்கர வாகனத்தில் காய்கறிச் சுமைகளை ஏற்றிச் சென்று வியாபாரம் செய்து, வாழ்க்கையில் முன்னேறும் பெண்ணாகப் படைக்கப்பட்டுள்ளாள்.

சிறுகதை

பொதுவாகப் பிற இதழ்களில் இடம் பெறுவது போன்று சிறுகதைகள் 'அவளில்' இடம் பெறவில்லை. இரண்டொரு சிறுகதைகள் ஒருபக்க அளவில், கல்லூரி மாணவியரால் 'காலேஜ் கேம்பஸ்' பகுதியில் எழுதப்பட்டுள்ளன.

ஆயினும், பிற இதழ்களிலிருந்து மாறுபட்டுக் கதைகேளு . . .கதை கேளு, கரிசல் காட்டுக் கதைகள் ஆகிய இரு பகுதிகள் இடம் பெறுவது புதுமையாக உள்ளது.

கதைகேளு . . . . கதைகேளு

வாழ்க்கையில் ஒருவரை வழிநடத்துவதென்பது அரிய கலை. கூட்டுக் குடும்ப வாழ்க்கையில் உணர்வுகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும், அமைதியின்றித் தவிக்கும் மனதினை அமைதிப்படுத்தி நல்வழியில் செலுத்தவும் பெரியோர் இருந்தனர். இன்றைய வேகமான ஓட்டத்தில், பணப்பெருக்கம் மிகுந்துள்ள நிலையில் அழுக்காறு, கோபம் முதலிய உணர்வுகள் மக்களிடம் அதிகரித்து விட்டன. அமைதி நாடி அலையும் நிலை ஏற்பட்டுள்ளது. இருபாலருக்கும் இந்நிலை இருக்க, குடும்பத்தை வழிநடத்த வேண்டிய மகளிரின் பொறுப்பு இன்னும் சற்றுக் கூடுதலாகிறது. சமன் கொண்ட மனநிலையில் மகளிர் இருந்தால் தான் குடும்பத்தை அமைதியாக வழிநடத்த இயலும். 'அவள்' தரும் இப்பகுதி இவ்வகையில் மகளிருக்குப் பயனுள்ளதாக அமைகிறது.

> ''முக்கால் நூற்றாண்டைக் கடந்துவிட்ட பார்வதி தண்டபாணி பாட்டிக்கு, தஞ்சை மாவட்டத்திலுள்ள சிறு குடி கிராமம் தான் பூர்வீகம். சிறு பிராயத்திலிருந்தே பக்தி இலக்கியங்களிலும் இதிகாசங்களிலும் நாட்டம் அதிகம். நிறையப் புத்தகங்கள் படிப்பார். உபன்யாசங்கள் கேட்பார்; தான் படித்த கேட்ட விஷயங்களையெல்லாம் வாழ்க்கைச் சம்பவங்களோடு கலந்து, அழகாக எடுத்துச் சொல்லி வழிகாட்டுவார். 'அவள்' வாசகிகளுக்கான அவரது பிரத்யேக பிரசங்கம் இது''

எனும் கட்டியத்துடன் தொடங்கும் முதல்பகுதியிலேயே பாட்டியின் வழி நடத்துதல் களைகட்டத் தொடங்கிவிட்டது.

> "இந்த உலகத்துல, நடத்தை தாறுமாறா இருந்து, மனசு போன படியெல்லாம் கூறு கெட்ட வாழ்க்கை வாழ்ந்து, புத்தி கெட்டு அலையறவங்களைப் பைத்தியக் காரங்கன்னு சொல்றோம். அதே நேரம், நாம என்னவோ ரொம்ப புத்திசாலிங்கன்னும் நெனைச்சிக்கிறோம். ஆனா, நாமளும் அப்பப்போ பைத்தியக்காரங்களா மாறிட்டு அப்புறமாத் தான் நாம நாமளா ஆறோம்"

எனும் புதிருடன் தொடங்கும் பாட்டி, 'கோபங்கறது தற்காலிகமான ஒரு பைத்தியக்காரத்தனம்' எனக் கோபத்தின் விளைவுகளைக் கதை, வாழ்வியல், திருக்குறள் போன்றவற்றிலிருந்து விளக்கி, "கோபத்தை ஜெயிச்சா நிம்மதி மட்டுமில்லீங்க ... சொர்க்கமே கியாரண்டியா நம்ம கைக்கு வந்துடும்!" என மகாபாரதக் கிளைக் கதை வழியாகவும் விளக்கம் தரும் பாங்கு இனிமையானது.

வேண்டாத குணம், சிறந்த குணங்களைப் பட்டியலிட்டு அறிந்து கொள்ள வேண்டும். இருட்டு டாட்டா காட்டிட்டா உடனே வெளிச்சம் வந்துடும் இல்லையா. . . அது போல, இந்தக் கெட்ட குணங்களை எல்லாம் காசியிலே விடறமாதிரி விட்டுட்டாப் போதும்... நாம தன்னாலே திருந்திடுவோம். கெட்ட குணங்களில் முதன்மையானது 'பொறாமை' எனக்கூறி அதனை விடுவது எவ்வாறு என விளக்கம் தருகிறார்.

அழுக்காறு உடையார்க்கு அதுசாலும் ஒன்னார்
வழுக்கியும் கேடு என்பது

எனும் ஐயனின் குறளினை எடுத்துக்காட்டி, பொறமையின் தீமையினை எச்சரிப்பது சிறப்பானது.

இதே போன்று, வாழ்வின் முழுமை சிரிப்பில்; நகைச்சுவை உணர்வு இருந்தால் எந்தச் சிக்கலையும் தைரியமா சமாளிக்கலாம் எனக் கூறும் பாட்டி, இன்றைய இளைய தலைமுறையினர் 'தோல்வியின் முடிவு தற்கொலை' என முடிவெடுப்பதைக் கண்டிக்கிறார்.

"பூட்டு தயாரிக்கறவன், சாவி இல்லாம பூட்டை மட்டும் ஒரு நாளும் தயாரிக்கமாட்டான். அதே மாதிரி, தீர்வு இல்லாம ஆண்டவன் நமக்குப் பிரச்சனையைக் கொடுக்கவே மாட்டான் எனத் துன்பம் வரும் வேளையிலே நடந்து கொள்ள வேண்டிய வழி முறைகளைச் சிறப்பாக எடுத்துக் கூறுகிறார். இது சிறிய சிக்கலுக்கே இடிந்து அமர்ந்து விடும் மகளிருக்குச் சிறப்பான வழிகாட்டுதலாகும். அன்பின் சக்திவலியது; அன்பு இருக்கும் இடத்தில் அமைதி இருக்கும். ஆனந்தமும் இருக்கும். அத்தகைய அன்புக்கு விலை மதிப்பே போடமுடியாது என்கிறார் பாட்டி

அடக்கம் அமரருள் உய்க்கும் அடங்காமை
ஆரிருள் உய்த்து விடும்

எனக்கூறும் பாட்டி, அடக்கமா இருந்தா அமைதியும் வந்துடும். மனசு

ஒரு நிலையா இருக்கறதால ஆற்றலையும் வளர்த்துக்க முடியும். வெறும் உடம்பை வளர்க்கறதுக்குச் சாப்பாடு மட்டும் போதும். ஆனா, அறிவு வளர்ச்சிக்கும், ஆன்ம வளர்ச்சிக்கும், வாழ்கையிலே உயர்ந்த நிலைக்குப் போற வளர்ச்சிக்கும் அடக்கம் வேண்டும். எளிமை, எளிமைங்கிறது ஏழ்மையோட அடையாளம் இல்லை; அது சாதாரண மனுஷனை அசாதாரண மனுஷனா மாத்திக் காட்டி அற்புதமான பண்புனு அடுத்ததாக விளக்குகிறார் பாட்டி. எளிமைங்கிறது ஒரு விசேஷமான வித்தியாசமான, அற்புதமான பண்புங்க. அதனால நம்ம அறிவோ, ஆற்றலோ, ஆர்வமோ எந்த விதத்திலும் குறையாது. ஆனா, அமைதியும், நிறைவும் நிச்சயமா அதிகமாகும்.

இன்று வாழ்வில் பலர் தம் அமைதியைக் கெடுத்துக் கொள்வது ஒப்பீட்டால் ஆகும். பிறர் வாழ்க்கை நிலையினைத் தம் வாழ்க்கையோடு ஒப்பிட்டு அழுக்காறு கொண்டு, அமைதி இழப்பது வாடிக்கையாகி விட்டது. எனவே ஒப்பிட்டுப் பார்க்கும் குணத்தால் வரும் தீங்குகளை அடுத்து விளக்குகிறார்.

சங்கிலியிலே பல வளையங்கள் இருக்கும். அதைப் போல, பல பொருட்கள் மேல வச்சிருக்கிற ஆசைகளும் பல வளையங்கள் தான். இந்த வளையங்கள் சேர்ந்த சங்கிலி ரொம்பவும் நீளமானது. ஒவ்வொரு வளையமாக் கழட்டி எறியறதைப்போல, ஒவ்வொரு ஆசையா விட்டு ஒழிச்சிடணும். ஆசையால ஆன சங்கிலி முழுசா அழிஞ்சிட்டா, நாம இறைவனோட ஒன்று கலக்கும் நிலையை அடையலாம்.

சோம்பேறித்தனத்தை ஒழித்திடல் வேண்டும் / மன்னித்து, மறப்பதே மனிதச் செயல்

கர்வத்தை ஒழிக்கவேண்டும்; கர்வம் இருக்கிற மனசாலே எதையுமே, யாரையுமே, எப்பவுமே கவர்ந்து இழுக்கவே முடியாது. எனவே படிப்பாலோ, பணத்தாலோ ஒருவர் கர்வம் அடையக் கூடாது. மனத்தை மகிழ்ச்சியாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். முள்ளை வெதைச்சிட்டு முல்லைப் பூவை எதிர்பார்க்கலாமா? முரட்டுக் கம்பிளியிலே மினுமினுப்பான பட்டுச் சேலையை உருவாக்கமுடியுமா? அதுமாதிரி எப்பவுமே மத்தவங்களுக்குக் கெட்டதையே செய்றவங்களுக்கு மகிழ்ச்சி எப்படிக் கிடைக்கும்? யாருக்கும் எந்த விஷயத்திலயும் கெடுதல் செய்யாம இருந்தா அதுவே போதும். இன்னிக்கு நான் மகிழ்ச்சியா இருப்பேன். மத்ததெல்லாம் நாளைக்குப் பார்த்துக்கலாம்னு தீர்மானம் செஞ்சிக்குங்க. அப்புறம் என்னிக்குமே மகிழ்ச்சி தான் / நம் கடமைகளை ஒழுங்காகச்

செய்ய வேண்டுமென உறுதி எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்றெல்லாம் அறிவுறுத்தும் பார்வதி பாட்டி, நன்றி மறக்காமல் இருக்க வேண்டியதன் இன்றியமையாமையையும் விளக்குகிறார்.

இறுதியாக, இருட்டு-வெளிச்சம், குளிரு-வெப்பம், இதெல்லாம் உலகத்திலே இருக்கிறமாதிரி, சந்தோஷம்-கஷ்டம், நல்லது-கெட்டது எல்லாம் கலந்து இருக்கறது தான் வாழ்க்கை. இதுல கெட்டதை விலக்கிட்டு நல்லபடியா வாழறது நம்ம கையிலே தான் இருக்கு. வாழ்க்கையை நாம வாழற விதத்தைப் பொறுத்து அது வரமாவும், சாபமாவும் அமையும். உங்கள் வாழ்க்கையில்...

வேலை செய்ய நேரம் ஒதுக்குங்கள்....
அது வெற்றியின் விலை!
சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்குங்கள்...
அது சக்தி பெருக்கெடுக்கும் ஊற்று!
விளையாட நேரம் ஒதுக்குங்கள்...
அது இளமையின் இனிய ரகசியம்!
நட்புக்கு நேரம் ஒதுக்குங்கள்...
அது கடவுளரின் சிறப்பு உரிமை!
மனம்விட்டுச் சிரிப்பதற்கு நேரம் ஒதுக்குங்கள்
அது ஆத்மாவின் அற்புத இசை

என அழகாய் நிறைவு செய்கிறார். மகளிர் முன்னேற்றத்தில் இப்பகுதியின் பங்கு பெரிது எனில் மிகையில்லை.

கரிசல் காட்டுக் காதல் கதைகள்

பாரததேவி என்பவரால் இக்கரிசல் காட்டுக் காதல் கதைகள் சொல்லப்படுகின்றன. அடிப்படையில் இவர் ஒரு கதை சொல்லி. நாகரிகப் பூச்சு அறியாத வார்த்தைகளும் வர்ணனைகளும் இவர்தம் சிறப்பு. களத்துமேடுகளிலும், கண்மாய்க் கரைகளிலும் சொல்லப்படும் கிராமத்துக் கதைகள் காற்றோடு கரைந்து விடாமல் சேகரித்து, 6 நூலாக வெளியிட்டிருக்கும் இவர் ஐந்தாம் வகுப்புவரையே கல்விகற்றவர். கரிசல் எழுத்தாளர்களின் முன்னோடியான கி.ராஜநாராயணனைக் குருவாக ஏற்றிருக்கும் பாரததேவியின் இக்கிராமத்துக் கதைகள், நாட்டுப்புறப் பெண்களின் முழுப்பரிமாணத்தை வெளிப்படுத்துவதாக அமைந்துள்ளன.

நாட்டுப்புற மகளிரின் வறுமைச் சூழல், நாள் முழுவதும் வயலிலும், வீட்டிலும் அவர்களுக்கு இருக்கும் வேலைப்பளு, அத்துடன் கணவன், குடும்பத்தையும் சமாளிக்கும் சாதுர்யம் என்ற இவையனைத்தும் இவர்தம் கதைகளில் புலப்படுத்துகின்றன.

சைவக் குடும்பத்தில் பிறந்து, பிறர் மீன் உண்பதைக்கண்டு மீன் குழம்பினைக் கேட்கும் கணவனுக்கு "நெல்லின் தூரினை" இட்டுச் சமைத்து மீன் குழம்பு எனக் கணவனுக்குத் தருகிறாள் நாட்டுப்புறப் பெண் ஒருத்தி. தன் அறிவால் கணவனின் கருத்தினைத் திசைதிருப்பும் இப்பெண்ணின் சாதுர்யம் வியந்து மகிழத்தக்கது. மகனைப் பிரிய மனமில்லாமல், திருமணம் செய்துவைக்கக் கூடத் தயங்கும் பெண்; அவனைத் திருமணம் செய்து கொண்டு மாமியாரின் கோணல் புத்திக்குச் சாட்டையடி கொடுக்கும் மருமகளின் சாதுர்யம். ஆகியவை வெளிப்படுத்தப்பட்டுள்ளன.

பணம் படைத்தவன் நாட்டுப்புற ஏழைப்பெண்களை ஊறுகாயாகப் பயன்படுத்தி விட்டு உதறித் தள்ளுவதைக் காலமெல்லாம் கண்ணீருடன் சுமந்தகாலம் மலையேறி விட்டது. இது புதுயுகப் பெண்களின் காலம். ஏழைப் பெண்கள் ஏமாந்த காலம் மலையேறி விட்டது என்பதை எடுத்துக் காட்டுகிறது ஊறுகாயா நான்? எனும் கதை (ஜூலை 7, 2006, ப.72). தன்னை ஏமாற்றியவனைக் காவல்துறையிடம் பிடித்துத் தருவதாகச் சொல்லும் ஏழைப்பெண் பவானியின் துணிச்சல் இன்றைய பெண்கள் அறிந்துகொள்ள வேண்டிய ஒன்று.

பெண்குழந்தை வெறுப்பு, பெண் சிசுக் கொலை இவற்றிற்குச் சாட்டையடி கொடுக்கிறது 'அல்லிராஜ்யம்' கதை (ஜூலை 21, 2006, ப.78). பெண் குழந்தை பிறந்ததற்குத் தன்னைச் சாடும் மாமியாருக்குத் தக்க புத்தி புகட்டுகிறாள் படிப்பறிவில்லாத பெண் ஒருத்தி. அப்பெண் நகர்ப்புறப் பெண்கள் கூட எடுக்கத் தயங்கும், மறுமண முடிவினை எடுத்து, தன் கணவனையும், மாமியாரையும் தன் வழிக்குக் கொண்டு வருகிறாள்.

கரிசல் காட்டுக் காதல் கதைகள் பெண்ணியம் பேசுபவை. பெண்ணிற்கு ஏற்றம் தருபவை. பெண்மையின் சாதுர்யத்தை, துணிச்சலை, அன்பை வெளிப்படுத்துபவை; நகர்ப்புறப் பெண்களுக்குப் பாடம் புகட்டுபவை எனில் சற்றும் மிகையில்லை.

கவிதை

'அவள்' இதழ் குறிப்பிடத்தக்க வகையில் கவிதைகளை அளிக்கவில்லை. சில இதழ்களில் மட்டும் 'காலேஜ்கேம்பஸ்' பகுதியில் மாணவர்களால் எழுதப்பட்டுள்ள கவிதைகள் வெளியாகியுள்ளன.

கவிக்குயில்கள். . .எனும் தலைப்பில் ஆகஸ்ட் 4ம்தேதி வெளியான இதழில்,

கூட்டுக்குடும்பம் முதல் என்றால்,
குழப்பங்கள் தான் கூட்டு வட்டி!
தனிக் குடும்பம் அசல் என்றால்
தனிமை தான் தனி வட்டி!
என்ன செய்ய . . . .
நாம் கோபுரம் என்று
மதிப்பவற்றில் எல்லாம்
புறாக்களின் எச்சம்
பிசுபிசுக்கத்தான் செய்கிறது.

எனும் கலாமணி (தியாகராஜா கல்லூரி, பொள்ளாச்சி) யின் கவிதை குறிப்பிடத்தக்கது. எஸ். கோகிலா (திருவாரூர்) இரண்டே வரியில் ஆண் கூட்டம் மனிதனாகும் வரை, பெண்கூட்டம் பேயாகத் தான் இருக்கும் எனத் தன் மன உணர்வுகளைப் புலப்படுத்துகிறார். இவை தவிர, குறிப்பிடத்தக்க அளவில் 'அவள்' கவிதைக்கு முக்கியத்துவம் அளிக்கவில்லை என்பது சுட்டத்தக்கது.

'அவளில்' இடம் பெறும் பிற செய்திகள்

என் டைரி, கேபின் கலாட்டா, நியூஸ் டைஜஸ்ட், இராசி பலன்கள், ஜாதகம் என்ன சொல்கிறது?, அழகிய கல்லே, ஸ்ரீபோஸ்ட், எழில் கொஞ்சும் இல்லங்கள், நெஞ்சைத் தொட்ட நிழல் மனுஷிகள், இந்த மாதம் என்ன விசேஷம்?, சிறப்புக் கட்டுரைகள் உள்ளிட்ட பல்வேறு செய்திகள் 'அவளில்' இடம்பெறுகின்றன.

என் டைரி

இப்பகுதி 'அவள்' வாசகியருக்குச் சிறந்த வரப்பிரசாதமாக விளங்கும் சுமைதாங்கிக் கல் ஆகும். ஒவ்வொருவரும் வாழ்க்கையில், தாய், தந்தை, உடன்பிறந்தோர், நட்பு, சுற்றம், கணவன், குழந்தைகள் எனத் தன்னைச் சுற்றியிருக்கும் பலரால் பல விதச் சிக்கல்களுக்கு ஆட்படுகின்றனர். இவர்களுள் சிலரால் சில சமயம் ஏற்படும் சிக்கல்களை நெருங்கியவர்களிடம் கூட ப் பகிர்ந்து கொள்ள முடியாத சூழல் ஏற்பட்டு விடுகிறது. ஆனால் மன உணர்வுகளுக்கு வடிகால் இல்லையெனில் அதுவே மன அழுத்த நோய் உருவாகவும் காரணமாகி விடக்கூடும். இத்தகைய சூழலினின்றும் விடுவிக்க இப்பகுதி முயல்கிறது.

முதலில், ஓர் இதழில் வாசகியர் தம்முடைய சிக்கல்களையும், குறைகளையும் பகிர்ந்து கொண்டு நல்ல வழி சொல்லுங்கள் தோழிகளே! என நிறைவு செய்கின்றனர். அடுத்த இதழில், பல வாசகியர் அளித்துள்ள தீர்வுகளைப் பிரசுரிப்பதோடு நிபுணரைக் கொண்டும், அச்சிக்கலுக்குத் தக்க தீர்வளிக்க முயல்கின்றனர்.

கேபின் கலாட்டா

இன்று பலரின் வாழ்விலும் பெரும்பான்மையான நேரத்தை ஆக்கிரமித்துக் கொண்டிருப்பது தொலைக்காட்சி தான். தொலைக்காட்சித் தொடர்கள், நடிக, நடிகையர் குறித்த செய்திகளைத்தரும் இப்பகுதி, சிறந்த பொழுதுபோக்குப் பகுதியாக இருப்பதுடன், 'வாசகிகள் விமர்சனம்' வழியாகத் தகாத தொலைக்காட்சிச் செயல்களைக் கண்டிக்கவும் செய்வது குறிப்பிடத்தக்கது.

சான்றாக, "ஜோடி நம்பர் ஒன்" நிகழ்ச்சியில் (விஜய்) எல்லாமே சூப்பர்தான், வித்தியாசம் தான், பிரம்மாண்டம் தான். ஆனால், சக ஜோடிகளைப் பாராட்டும் போது ஆண், பெண் வித்தியாசமின்றிக் கட்டிப்பிடிப்பது முகம் சுளிக்க வைக்கிறது. பாராட்டுவதற்கு நம் நாட்டில் எத்தனையோ முறைகள் இருக்கும் போது மேல் நாட்டு நாகரீகமும், கலாசாரமும் தேவைதானா?" என்று குட்டுவைக்கிறார் தூத்துக்குடியிலிருந்து கலா மாரியப்பன் (டிச. 22, 2006, ப.94) என இடம் பெற்றுள்ள வாசகியின் விமர்சனத்திலிருந்து, 'அவளுக்குச்' சமூகத்தின் மீது உள்ள அக்கறை புலப்படும்.

நியூஸ் டைஜஸ்ட்

மகளிருக்குப் பொது அறிவினையும், நாட்டு நடப்பினையும் தந்து, அவர்களின் அறிவினை மேம்படுத்தும் வகையில் இப்பகுதி அமைந்துள்ளது. செய்தித் தாள் படிக்கும் வழக்கம் இல்லாத சில மகளிருக்கு இப்பகுதி பெரும்பயன் அளிக்கும். இத்துடன், சில இதழ்களில் நியூஸ்டைஜஸ்ட்' பகுதியில் 'நோட்டீஸ் போர்டு' என இடம் பெற்றுள்ள பகுதி மகளிருக்கான குட்டி குட்டிச் செய்திகளைத் தருகின்றது.

"பி.பி.ஓ. துறையில் வேலை பார்ப்பவர்களில் 60% பெண்கள் தானாம்". "இந்தியாவிலுள்ள 'கேந்திரிய வித்யாலய சங்கேதன்' பள்ளிகளில் குடும்பத்துக்கு ஒரே பெண் குழந்தையாக இருக்கும் 6 முதல் 12ம் வகுப்பு வரை படிக்கும் மாணவிகளுக்குக் கல்விக் கட்டணத்தில் விதி விலக்கு அளித்துள்ளது, மத்திய மனிதவளமேம்பாட்டு அமைச்சகம்." இவை

போன்ற செய்திகள் 'அவளுக்கு' மகளிர் முன்னேற்றத்தின் மீதுள்ள நாட்டத்தினைப் புலப்படுத்துவதாக அமைகின்றன. வெற்றி பெற்ற பெண்கள், சாதனை மகளிர், பிரபலமடைந்துள்ள பெண்கள், பலவித அமைப்புகளுக்குத் தலைமை ஏற்றிருக்கும் பெண்களின் பொறுப்பான அறிவுரைகள் என மகளிரைச் சார்ந்த பல செய்திகள் 'நியூஸ் டைஜஸ்ட்'டில் இடம் பெறுவது சுட்டத்தக்கது.

இராசி பலன்கள்

வார, மாத இதழ்களில் இடம் பெறும் தவிர்க்க முடியாத பகுதியாகி விட்ட 'இராசி பலன்கள்' அவளிலும் இடம்பெறுகின்றன. அந்தந்த மாதங்களுக்கான 'இராசி பலன்களை' 'ஜோதிட ரத்னா' கே.பி. வித்தியாதரன், இந்த மாதம், இந்தத் தேதியில் இருந்து இந்தத் தேதி வரைக்கான (டிச.13ம் தேதியில் இருந்து டிச.26ம் தேதி வரை) இராசி பலன் எனத் தேதி வரையறையில் இராசி பலன்களை அளிக்கிறார்.

ஜாதகம் என்ன சொல்கிறது?

இராசி பலனைப் போன்றே மூட நம்பிக்கையினை வலுப்படுத்தும் மற்றொரு பகுதி ஜாதகம் என்ன சொல்கிறது என்பதாகும். இப்பகுதியினையும் மேற்குறிப்பிட்டவரைக் கொண்டே அளிக்கிறது அவள். வாசகியர் தம் சாதகத்தினை அனுப்பி, தமக்கேற்பட்ட சிக்கல்களைத் தெரிவித்து, என்று தீரும்? என வினா எழுப்ப, அதற்கு விடை அளித்துள்ளார் ஜோதிட ரத்னா. தமக்குள்ள பல விதமான வாசகியரையும் 'அவள்' திருப்திப் படுத்த வேண்டி உள்ளது போலும்.

அழகிய கல்லே

ஆபரணங்களில் சிம்மாசனமிட்டு அமர்ந்து கொண்டு, தோற்றத்திற்கே பொலிவினைத் தரும் ஆபரணக் கற்கள் (நவரத்தினங்கள்) பற்றிய அறிவியல் பூர்வமான தகவல் தொடர் இது, இத் தொடரினைச் சுல்தான் மொஹிதீன் என்பவர் எழுதியுள்ளார். ஆபரண்க்கற்களை அறிவியல் பூர்வமாக ஆராயும் படிப்பை அமெரிக்காவில் படித்துள்ள இவர் தென்னிந்தியாவிலேயே முதன்முறையாக, சென்னையில் 'மெட்ராஸ் ஜெம் இன்ஸ்டிட்யூட்' எனும் கல்வி நிறுவனத்தின் மூலம் பல மாணவர்களுக்கும் ஆபரணக் கற்கள் குறித்துக் கற்பித்து வருகிறார். இவர் மத்திய அரசால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட கற்களின் தரச் சான்றாளர்களில் ஒருவராகத் திகழ்கிறார். கற்கள்

சம்பந்தப்பட்ட வழக்குகளில் அரசுத்தரப்பிலிருந்து இவரது சான்றிதழை முக்கியமாகக் கேட்டுப் பெறுகின்றனர்.

> "வைரத்தை முதன்முதலில் கண்டறிந்து பயன்படுத்தியவர்கள் தென்னிந்திய மக்கள்; கோஹினூரை உலகுக்குத் தந்ததே இந்தியா தான் ; வைரங்கள் பல நிறங்களிலும் கிடைக்கின்றன. இளஞ்சிவப்பு நிறத்தில் இருக்கும் வைரம் தான் உலகிலேயே அரியதாகக் கருதப்படுகிறது."

பொதுவாகக் கற்களில் எந்த அளவுக்கு ஒளியின் ஊடுருவும் தன்மை (Transparency) இருக்கிறதோ அந்த அளவுக்குத் தான் மதிப்பு. வைரத்தை உடைத்துப் பொடி செய்ய முடியும். ஆனால், மாணிக்கத்தை உடைக்கவே முடியாது. வைரத்தில், சில பெரிய அளவிலாவது இருக்கும். ஆனால், ஒரு குண்டுமணி அளவைத் தாண்டிய மாணிக்கம் உலகிலேயே இதுவரை இல்லை. பாம்பு மாணிக்கத்தைக் கக்கும் என்பதெல்லாம் வெறும் கதை என்றெல்லாம் இவர் கற்கள் குறித்துத் தரும் தகவல்கள் சுவையானவை. மக்களிடம், அதுவும் மகளிரிடம் 'கற்கள்' குறித்த மூடநம்பிக்கைகள் அதிகம். இங்கு மட்டுமல்ல; உலக மக்கள் பலருக்கும் 'கற்கள்' குறித்த மூட நம்பிக்கை இருப்பதை இத்தொடர் சுட்டிச் செல்கிறது. சோதிடம், புராணம், இதிகாசம், வரலாறு வழியாகக் கற்கள் குறித்த செய்திகளைத் தரும் சுல்தான் மொஹிதீனின் இத்தொடர், மகளிருக்குக் 'கற்கள்' குறித்த புதிய தகவல்களைத் தருகின்றது.

ஸ்ரீபோஸ்ட்

இது வாசகியர் இதழினைப் படித்து விட்டுத் தங்கள் கருத்துக்களைப் பதிவு செய்யும் பகுதியாகும். 'அவள்' இதழின் செய்திகள் வாசகரை எந்த அளவிற்குச் சென்றடைந்துள்ளன? 'அவள்' எதிர்பார்க்கும் கண்ணோட்டத் திலேயே வாசகியரும் செய்திகளை எதிர் கொள்கின்றனரா? என்பதைப் புலப்படுத்தும் இப்பகுதி இதழுக்குத் தேவையான ஒன்று என்பதோடு நமக்கும் வாசகியரின் மனநிலை புலப்படுகின்றது. எடுத்துக்காட்டாக, ஏப்ரல் 28, 2006 இதழில் வசதி, வாய்ப்பு இருந்தும் தற்கொலை செய்து கொண்ட தொலைக்காட்சி நடிகை வைஷ்ணவி, எந்த வித வாய்ப்பும் இன்றி 'வாழ நினைத்தால் வாழலாம்' என நிரூபித்திருக்கும் தீபரமணி என்ற இருவரின் முரண்பட்ட செயல்பாடுகள் குறித்த கட்டுரை வெளியாகி யுள்ளது. இத்துடன் பல்வேறு உடல் உபாதைக்கு இடையிலும், வாழ்வினை எதிர் கொண்டு

வாழும் 'சாந்தி' குறித்த கட்டுரையும் இடம் பெற்றுள்ளது. இக்கட்டுரைகள் குறித்து மே 12, 2006 இதழில் 'ஸ்ரீபோஸ்ட்' பகுதியில் வாசகியர் எண்ணங்கள்:

"சின்னச் சின்ன உடல் உபாதைகளைக் கூடத் தாங்க முடியாமல் திணறுவோருக்கு மத்தியில், காசநோய், மஞ்சள் காமாலை, டயாலிசிஸ் எனப் பலப்பல கஷ்டங்களை அடுக்கடுக்காகச் சுமந்து, சிறு முணுமுணுப்போ, வெறுப்போ இன்றிப் புன்சிரிப்புடன் வாழ்வை எதிர் கொள்ளும் சாந்திடம் கற்றுக் கொள்ள வேண்டிய விஷயங்கள் ஏராளம். அவரைப் பின்பற்ற முயற்சித்தால் எல்லோருக்குமே வாழ்க்கை சொர்க்கமாகி விடும்."

"அழகு, இளமை, படிப்பு, கைநிறையப் பணம், புகழ் இவ்வளவும் இருந்தும் காதல் தோல்வியில் மனமுடைந்து தற்கொலை செய்து கொண்ட வைஷ்ணவி என்ற டி.வி. நடிகை ஒருபுறம்... கட்டிய கணவன் கைவிட்டுச் சென்று விட. . .படிப்போ, பணபலமோ, வேறு ஆதரமோ இல்லாமலே உழைப்பைச் சிந்தி, வைராக்கியத்தோடு தன் குழந்தைகளை வளர்த்து, தன் மகனை ஊர் போற்றும் உயர்ந்த நிலைக்குக் கொண்டு வந்திருக்கும் தீபரமணி மறுபுறம். ஆக, வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறப் படிப்பும், பணமும் இருந்தால் மட்டும் போதாது; மனதிடமும், வைராக்கியமும், தன்னம்பிக்கையும் தான் அவசியம் என்பது தெளிவாகிறது (ப.18)

எனப் பதிவு செய்துள்ளனர். 'அவளின்' செய்திகள் வாசகியரைத் தக்க கோணத்தில் சென்றடைகின்றன என்பதற்கு இதுவே சான்றாகும்.

எழில் கொஞ்சும் இல்லங்கள்

பன்னாட்டு நிறுவனங்கள், தகவல் தொழில்நுட்பப் பூங்காக்கள் போன்றவை பெருகி வருவதன் காரணமாக மக்களிடம் பண்பாட்டு மாற்றங்கள் ஏற்பட்டு வருகின்றன. அத்துடன் பணப்புழக்கமும், இரசனையும் கூட அதிகரித்துள்ளன. எங்கு நோக்கினும் புற்றீசல் போல் அடுக்குமாடிக் குடியிருப்புகள் கண்ணைக் கவரும் விதத்தில் கட்டப்படுகின்றன. இருபாலரும் பணிக்குச் செல்லும் நிலையில் இருப்பினும், தாம் வசிக்கும் "இல்லம்" குறித்த அழகுணர்ச்சி மக்களிடம் வரவேற்கத்தக்கதாய் உள்ளது. இயல்பாகவே

பெண்கள் அழகுணர்ச்சி மிக்கவர். அவ் அழகுணர்ச்சியுடன், சிறிது கற்பனைத்திறனும் இணைந்தால் தம் இல்லத்தை மட்டுமல்ல, பிறர் இல்லங்களையும் அலங்கரித்து வருவாய் ஈட்டலாம். பகுதி நேரப் பணியாக இல்லத்தரசிகள் இவ்வேலையினைச் செய்ய இயலும். மாதிரிக்குச் சில இல்லங்களைப் பார்க்க நேரிடின் கற்பனைத் திறன் விரிவடையும். இதற்கு வழி வகுக்கும் பகுதி ''எழில் கொஞ்சும் இல்லங்கள்'' பகுதியாகும். சின்னத்திரை, திரையுலகம், பட்டிமன்றம், இசை எனப் பல்வேறு துறைகளிலும் பிரபலமாக இருப்போரின் இல்லங்களைப் பகுதி பகுதியாகப் பிரித்து நுட்பமாகப் படம் பிடித்து விளக்கமும் தரும் பகுதியாக அமைகிறது. இல்லங்களின் உள் அமைப்பு அலங்காரம் (Interior Decoration) குறித்த அறிவினைச் சிறப்பாகத்தரும் இப்பகுதி பிற மகளிர் இதழ்களில் இடம்பெறா அம்சம் எனலாம்.

நெஞ்சைத் தொட்ட நிழல் மனுஷிகள்

இது புகழ் பெற்ற எழுத்தாளர் சுரேஷ்-பாலா எழுதும் கட்டுரைத் தொடர் ஆகும். கோவாவில் நடந்த சர்வதேசத் திரைப்பட விழாவில் திரையில் தோன்றி நெஞ்சில் நின்ற பெண் கதாபாத்திரங்களை நுணுக்கமாக எடுத்துரைக்கும் இத்தொடர் 'அவள்' பெண்ணியத்திற்குச் செய்யும் கடமையைச் செவ்வனே செய்து வருகின்றது என்பதற்கு எடுத்துக்காட்டு. உலகளாவிய நிலையில் பெண்களின் நிலை எவ்வாறிருக்கிறது என்பதனைப் பதிவு செய்திருக்கிறது இப்பகுதி.

மிகாலி எனும் இஸ்ரேல் நாட்டுத் திரைப்படம், ஆணாதிக்கம் குறித்துப் பேசுகிறது.

''வேலைக்குப் போய்வர அனுமதிக்கும் ஆண்கள் சமையல் வேலையில் உதவத்தயாராயிருப்பதில்லை. சாப்பிடுவார்கள் அப்படியே போட்டுவிட்டு எழுந்து போய் விடுவார்கள். எல்லாவற்றையும் எடுத்து, சுத்தப்படுத்தி வைக்க வேண்டும். எல்லாமே பெண்கள் வேலை'' எனக் கதாநாயகியின் சிந்தனையாக வரும் வசனங்கள் உலகளாவிய நிலையில் பெண்களின் நிலை ஒரே மாதிரி இருப்பதைப் புலப்படுத்துகின்றன.

கருக்கலைப்பு என்பது சட்டவிரோதமாகக் கருதப்பட்ட காலத்தில், பாதிக்கப்பட்ட பெண்களின் எதிர்கால நலன் கருதி, கருக்கலைப்பை ஒரு சேவையாகத் துணிந்து செய்து அதன் காரணமாகத் தண்டனை அடைந்த பெண் வேரா; உள்ளத்தால் பொருந்தாமல்வெறும்

புறத்தே மட்டும் பொருந்திய காதலின் விளைவைச் சொல்லும் பிரான்ஸ் நாட்டுத் திரைப்படம்; 12 வயது பெண்ணிற்கு திடீரெனத் தந்தைக்கு உடல்நலம் சீர் கெட்டு மருத்துவமனையில் சேர, அதன்விளைவாகத் தன் குட்டித் தம்பியைப் பார்த்துக் கொள்ள நேரிடுகிறது. ஒரு புறம் ஆறாம் வகுப்பில் சேர்வதற்கு நுழைவுத் தேர்வு எழுத வேண்டிய நிலை; தேர்வுக்குப் போகவில்லை என்றோலோ ஓர் ஆண்டு வீணாகிவிடும். இச் சிறுமியின் தவிப்பினை அழகாக விளக்கும் ஈரான்நாட்டுத் திரைப்படம்; மாடலிங் கற்றுக் கொள்ள விரும்பிய பெண் மரைக்கா. சில காரணத்தால் அதில் தோல்வியுற்றபொழுதும், தான் கற்ற பாம்பு நடனத்தை வைத்து வாழ்க்கையில் முன்னேறுகிறாள். பெண்ணின் மன உறுதியினை அற்புதமாக விளக்கும் ஜெர்மனி நாட்டுத் திரைப்படம் என ஒவ்வொரு இதழிலும் ரஷ்யா, ஈரான், ஜெர்மனி, பிரான்ஸ் முதலான நாடுகளின் திரைப்படங்களின் வழிப் பெண்களின் போராட்டம், அவலம், சுயமரியாதை நிலை, மன உறுதி உள்ளிட்ட பல்வேறு பெண்ணியக் கூறுகளைச் சிறப்பாகப் பதிவு செய்துள்ளனர் கட்டுரை ஆசிரியர்களான சுரேஷ்-பாலா. உலகளாவிய நிலையில் உள்ள மகளிர் நிலையினை உண்மையிலே படம்பிடித்துக் காட்டும் இத்தொடர் சிறந்த வழிகாட்டி ஆகும்.

இந்த மாதம் என்ன விசேஷம் ?

கூட்டுக் குடும்பம் நடைமுறையில் இருந்த காலத்திலே, பண்பாடு தொடர்பான கதைகளைச் சொல்வதற்கு மூத்த தலைமுறையினர் இருந்தனர். தற்போதைய அவசரயுகத்தில் ஒவ்வொரு பண்டிகை, மாதம் குறித்த சிறப்பம்சங்களைச் சொல்லித்தர யாரும் முன் வருவதில்லை. இப்பணியினைத் தன்கையில் எடுத்துக் கொண்டுள்ளது 'அவள்'. தமிழ் மாதங்களின் பெயர்களையே அறிந்திராத இக்காலப் பெண்களுக்கு அறிவினை ஊட்டும் பகுதியாக இப்பகுதி அமைகிறது.

"நம் சாஸ்திரப்படி, சூரியனுடைய இருப்பைப் பொறுத்துதான் மாதங்கள் கணிக்கப்படுகின்றன. அதாவது 12 இராசிகளில்தான் சூரியன் பயணம் செய்தபடி இருக்கிறார். எனவே, அந்த 12 இராசிகள் தான் தமிழ் வருடத்தின் 12 மாதங்கள். அதாவது, சூரியன் மேஷ இராசியில் இருப்பது சித்திரை மாதம். ரிஷப இராசியில் இருப்பது வைகாசி மாதம். கடகராசியில் இருப்பது ஆடிமாதம் என விரிவான விளக்கத்தினை 'அவள்' தருகிறது. அதேபோல் ஒரு நாளின் காலை 6 மணி முதல் மாலை 6 மணிவரை, உத்தராயண புண்யகாலம் என்பதும், மாலை 6 மணிமுதல் மறுநாள் மாலை 6 மணி வரை தக்ஷிணாயண புண்ய காலம் என்பதும்

தேவர்களின் கணக்கு. மாதங்கள் 12ம் கூட இப்படித்தான் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன". தை முதல் ஆனிவரை உத்தராயண புண்யகாலம், ஆடி முதல் மார்கழி வரை தக்ஷிணாயண புண்ய காலம் எனும் விளக்கத்தினையும் தரும் 'அவள்' ஒவ்வொரு மாதத்தின் சிறப்புக்களை எடுத்துக்கூறுவதுடன், அந்தந்த மாதங்களில் வரும் பண்டிகை, விசேட நாட்களையும் பட்டியலிட்டுத் தருகிறது. ஆன்மீகத்துடன் இணைந்த இப்பகுதி, அறிவியல் சிந்தனைகளையும் உள் நிறுத்தி அமைந்திருந்தால் இன்னும் சிறப்பாக இருந்திருக்கும். பனியும் குளிரும் நிறைந்த மார்கழி மாதத்தினை எடுத்துக்கூறும் பொழுது, வெறுமனே அதிகாலையில் துயில் எழ வேண்டும் என்று கூறாமல், அவ் அதிகாலையில் நேரத்திலே 'ஓசோன்' காற்றால் விளையக் கூடிய நன்மைகளையும் எடுத்துக் கூறும் பட்சத்தில் இளைய தலைமுறையினர் சிறப்பாக வரவேற்று ஏற்றுக் கொள்வர். இளைய தலைமுறைப் பெண்கள் 'தமிழ்ப் பண்பாட்டினை' அறிந்து கொள்ளும் விதத்தில் இப்பகுதி அமைந்திருப்பதால் வரவேற்கத்தக்கதாகும்.

சிறப்புக் கட்டுரைகள்

இதழ் வெளிவரும் காலக்கட்டத்தில் நடைபெற்ற செய்தியின் அடிப்படையில், குறிப்பிட்ட காலத்தில் பரபரப்பாகப் பேசப்படும் செய்திகளின் அடிப்படையில், சிறப்பாக மகளிர் எவரேனும் சாதனை புரிந்திருந்தால், குறிப்பிட்ட சில செய்திகளை விவாதத்திற்குட்படுத்துதல் எனும் வகையில் சிறப்பான சில கட்டுரைகள் 'அவள்' விகடனில் இடம்பெறுகின்றன. இக்கட்டுரைகளும் மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கு உறு துணையாக அமைகின்றன.

"தனி வாழ்க்கையோ, பொதுவாழ்க்கையோ சவால்களுக்கு நடுவில் முத்திரை பதிக்கும் பெண்களைத் தேடிக் கண்டெடுத்து, கௌரவித்து வருகிறாள் 'அவள்'. இந்த 2005ஆம் ஆண்டில் அவள் விகடனில் இடம்பெற்று, பெருவாரியான வாசகிகளின் நெஞ்சில் இடம்பிடித்த 'டாப் - 10' பெண்கள் இங்கே." எனும் முன்னுரையுடன் இடம்பெற்றுள்ள செய்தி உண்மையிலேயே துவண்டுவிடும் மகளிருக்கு ஊட்டச் சத்தாக அமைவது ஆகும் (ஜன. 13, 2006, ப. 4).

1. **வான்மதி மணிகண்டன்:** தான் வேலை பார்த்த கண்டெயினர் துறையிலேயே தனியாக ஒரு நிறுவனத்தைத் தொடங்கி இன்று தமிழ்நாட்டில் அந்தத் துறையில் கோலோச்சும் ஒரே பெண்மணி. தற்கொலை விளிம்பில் இவர் எடுத்த முடிவு. வாழ்க்கை வாழ்வதற்கே என்பதற்குச் சரியான எடுத்துக்காட்டு.

2. **வள்ளியம்மாள்:** தாழ்த்தப்பட்ட இனத்தில் பிறந்தாலும், தன் அன்பால் அனைவரையும் வீழ்த்தி, இன்று ஊத்துக்குளி ஊராட்சி ஒன்றியத்தின் தலைவியாக இருக்கும் வயது முதிர்ந்த பெண்மணி.

3. **இந்திரா:** மணமான சில ஆண்டுகளில் கணவர் மறைவு; உறவினர் வெறுப்பு; இவற்றிற்கிடையே சில செடிகளைக் கொண்டு நர்சரி கார்டன் அமைத்து, இன்று பல இலட்ச ரூபாய் மதிப்பில் விரிந்துகிடக்கும் தொழிலுக்குச் சொந்தக்காரி.

4. **வசந்தா:** ஏழைகளின் பசியாறுதலில் இறைவனைக் காண்கிறார். 30 ஆண்டுகளாகப் 'பசி' என்று வருபவர்களுக்கு உணவு படைத்துவரும் வள்ளல்.

5. **பத்மா ஸ்ரீனிவாசன், ஜெயலட்சுமி ஸ்ரீனிவாசன்:** 70 வயதில் 'பீட்ஸா' தொழில் தொடங்கி வென்ற முதியவர்கள்.

6. **கங்கா:** கண் தெரியாத மகனுக்காகக் கணவரைத் துறக்க நேர்ந்தவர்.

7. **நிஷா:** மொழி தெரியாத அந்நிய நாட்டில், விபத்தில் சிக்கிய கணவரை மீட்டு, இடுப்புக்குக் கீழ் இயக்கமின்றி இருக்கும் கணவருக்கு ஊன்றுகோலாகத் திகழும் தைரியப்பெண்.

8. **சூடாமணி பரமேஸ்வரன்:** சுனாமியால் தன்து மூன்று குழந்தைகளை இழந்தபின், அதே சுனாமியால் பெற்றோரை இழந்த 16 குழந்தைகளுக்குத் தாங்களே தாய் தந்தை ஆனவர்கள்.

9. **கஸ்தூரி சந்திரசேகர்:** ஆட்டோ ஓட்டுநர் மனைவி; வசிப்பது மதுரை அருகே கிராமத்தில்; ஆனால் இன்று உலகம் முழுவதும் இவர்கால் பட்ட நாடுகள் ஏராளம். ஒரு மகளிர் குழுவில் தொடங்கிய இவரது தன்னம்பிக்கைப் பயணம், இன்று 'வீட்டு மூலிகைத் தோட்டம்' என்னும் திட்டத்தின் கீழ் 22,000 வீடுகளில் முத்திரை பதித்திருக்கிறது. சுனாமி மீட்பு நடவடிக்கைகள் பற்றி அமெரிக்காவுக்கே பாடம் சொன்னவர்.

10. **சாந்தா:** ஆயிரக்கணக்கான புற்றுநோயாளிகளை மீட்டு, மகசேசே விருது பெற்ற மருத்துவர்.

இப்பெண்கள் உணர்த்தும் செய்தி தன்னம்பிக்கை, உழைப்பு, முயற்சி, எடுத்துக்கொண்ட செயலில் தளராத தன்மை. இவர்களின் சாதனை பிறருக்குத் தூண்டுகோலன்றோ?

பெண்கள் எந்தத் துறையில் கால் பதித்தாலும், நினைத்தால் வெற்றியைப் பெறுவர் என்பதற்கு எடுத்துக்காட்டாகத் திகழும் டயானா (ஜன. 13, 2006, ப. 28), 12 ஆண்டுகளாகத் தொடர்ந்து முதலிடத்திலேயே இருக்கும் தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சி ஒன்றினை நடத்தி வருபவர்.

மனநோயும் ஒரு வகை ஊனம்தான். மனநோய்ப் பாதிப்புக்கு உள்ளானவர்களை ஊனமுற்றோர் பட்டியலில் இணைத்தாலும், இதுவரையிலும் அவர்களுக்கு எவ்விதமான சலுகையோ உரிமையோ தரப்படவில்லை. மனநோயிலிருந்து விடுபட்டவர்களுக்கு அடிப்படை உரிமையான ஓட்டுரிமையும் இல்லை. ஓட்டுரிமை, அரசு வேலை வாய்ப்பில் இட ஒதுக்கீடு, உதவித் தொகை வழங்கச் சொல்லி இயற்றப்பட்ட சட்டத்தை அமல்படுத்துவது உள்ளிட்ட கோரிக்கைகளை வலியுறுத்திப் போராட்டத்தில் இறங்கியுள்ளனர் ஐந்து பெண்மணிகள். ஐவரும் மனநோய் பாதிப்பினின்றும் விடுபட்டவர்கள். தம் உரிமைக்காகத் தாங்களே போராட "Alliance for the Mental I'll through you" எனும் அமைப்பினையும் உருவாக்கியுள்ளனர். பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்காகப் பிறர் போராடுவதை விடவும் பாதிக்கப்பட்டவர்களே களத்தில் இறங்கியிருப்பது பெருமையானது தானே!

கால்சென்டர் புதையலா? புதைகுழியா? என இரவு நேரத்தில் பணிக்குச் செல்லும் மகளிரைக் கருத்தில்கொண்டு விவாதம் மேற்கொண்டுள்ளது அவள். இரவு நேரத்தில் பணிக்குச் செல்ல வேண்டிய பெண்கள் பாதுகாப்புக்கான பயிற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டும். இரவு நேரத்தில் என்னென்ன அபாயங்களை எதிர்கொள்ள நேரிடும் எனச் சிந்தித்து, அதற்கேற்பப் பாதுகாப்பு வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற வேண்டும்; இரவு நேரத்தில் அலுவலகத்தில் இருந்து அழைத்துச் செல்லும் வண்டிகள் (ஓட்டுநர்கள்) மீது தனிக்கவனம் செலுத்த வேண்டும் முதலான சிந்தனைகளை இவ்விவாதம் தருகிறது. அத்துடன் ஒவ்வொரு நிறுவனமும் பாலியல் துன்புறுத்தலைத் தடுப்பதற்கான கொள்கை ஒன்று உருவாக்க வேண்டும். 1997 உச்சநீதிமன்ற உத்தரவுப்படி புகார்க் கமிட்டி அமைக்கப்பட வேண்டும். தொழிற்சட்டங்கள் கடைபிடிக்கப்பட வேண்டும் என்கிறார் அகில இந்திய ஜனநாயக மாதர் சங்கத்தலைவி உ. வாசுகி. மகளிர் வாழ்க்கைத் தரம் முன்னேற வேண்டும்; அதே சமயம் பாதுகாப்பிலும் கவனம் செலுத்த வேண்டும் என்பதற்கோர் எடுத்துக்காட்டு இவ்விவாதம்.

மதுரை - திண்டுக்கல் சாலையில் இருக்கும் அய்யன்கோட்டை எனும் கிராமத்தில் குறிப்பிட்ட இனத்தைச் சேர்ந்த ஆண்கள், தைப் பொங்கலன்று பொங்கல் வைப்பதை வழக்கமாகக் கொண்டுள்ளனர் என்பதை எடுத்துரைக்கிறது கட்டுரையொன்று (பிப். 10, 2006, ப. 70). "காரணம் என்னவாக வேண்டுமானாலும் இருக்கட்டும்... வருடத்தில் ஒரு முறையாவது பெண்களின் சிரமத்தை ஆண்கள் உணரமுடிகிற ஒரு வாய்ப்பாகத்தான் அந்த வைபவம் உள்ளது'' என முத்தாய்ப்பாக முடிந்துள்ள கட்டுரை. 'அவளுக்கு' மகளிரின் நலனில் இருக்கும் அக்கறையைப் புலப்படுத்துவதாக இது அமைகின்றது.

திருமணத்தினைப் பதிவு செய்ய வலியுறுத்துகிறது மற்றொரு சிறப்புக் கட்டுரை (மார். 10, 2006, ப. 8). நம் நாட்டில் திருமணம் முடிந்ததும் அதைப் பதிவு செய்ய வேண்டும் என்ற கட்டாயம் கிடையாது. இந்த ஒரே காரணத்தாலேயே பெண்கள் அதிக அளவில் ஏமாற்றப் படுகிறார்கள். எந்த ஓர் உறவுமே சுமுகமாக இருக்கும்வரை எந்தச் சிக்கலும் இல்லை. ஆனால், உறவில் சிக்கல் முளைக்கும்போது உரிய ஆதாரங்கள் இருந்தால்தானே நிவாரணம் கிடைக்கும் என்கிறார் வழக்கறிஞர் சுமதி. திருமணத்தை எங்கே? எப்படி? எவர் முன்னிலையில் பதிவு செய்வது என்பன போன்ற செய்திகளை உள்ளடக்கியுள்ள இக்கட்டுரை பெண்களுக்குச் சிறந்த வழிகாட்டி.

அப்பா சமைக்க அம்மா வேலைக்குப் போவதைக் காட்டியுள்ள மற்றொரு கட்டுரை (ஏப். 7, 206, ப. 80), மனைவியை எந்த அளவிற்கு நேசிக்கும் ஆடவர் உள்ளனர் என்பதற்கோர் சாட்சியாகத் திகழ்கிறது.

கனவு காண வேண்டும் என்றார் முன்னாள் குடியரசுத் தலைவர் அப்துல்கலாம். இன்றைய இளம்பெண்களும் பல விஷயத்தில் கனவு காண்கின்றனர். ஆனால் பிளஸ் டூ மாணவி ஸ்ருதியின் கனவும், துணிவும், அறிவும், ஆற்றலுமோ நிலவில் காலடி வைத்தவர்களில் ஒருவரான ஆல்டிரின் வாயில் பாராட்டுப் பெற்றதொன்று. சிறு வயதிலிருந்தே அறிவியல் மீது பற்றுக்கொண்டு, எண்ணற்ற போட்டிகளில் கலந்துகொண்டு வெற்றியும் பெற்ற ஸ்ருதி, அமெரிக்காவில் 'பென்டகன் பில்டிங்'கில் நடைபெற்ற அறிவியல் கருத்தரங்கில் கலந்துகொண்டு தமது திறமையைப் புலப்படுத்தி ஆல்டிரின் வாயால் பாராட்டும் பெற்றுள்ளார். கல்பனா சாவ்லா போல் வருவேன் என்பது இவரது கனவு. இன்றைய இளைய சமுதாயத்தினரைக் கனவு காணத் தூண்டுவது இக்கட்டுரையாகும்.

தேனிலவிற்குச் சென்று கணவனைக் கொன்ற பெண், அம்மாவின் துரோகத்தால் அப்பாவை இழந்து வாடும் குழந்தைகள் - எனப் பரபரப்பாகப் பேசப்பட்ட செய்திகளின் அடிப்படையில், இந்தக் கலாச்சாரக் கோளாறுக்குத் தீர்வு காண வேண்டி 'அவள்' எடுத்த முயற்சியின் விளைவாக உருவானதோர் சிறப்புக் கட்டுரை இதுவாகும். 'என்ன ஆச்சு நம் பெண்களுக்கு' எனும் தலைப்பில் அனுராதா ரமணன் எழுதி உள்ள கட்டுரை இன்றைய தொலைந்துவிட்ட கூட்டுக் குடும்ப வாழ்க்கை முறை; பணத்தை நோக்கி ஓடிக் கொண்டிருக்கும் தம்பதியர் நிலை; குழந்தை வளர்ப்பில் உருவாகியுள்ள குறைபாடு எனப் பல உண்மைக் கூறுகளை அலசுவதாக அமைந்துள்ளது. இது சிந்திக்கத் தூண்டும் சிறப்புக் கட்டுரை எனில் மிகையில்லை.

"தாய்ப்பாலின் மிகப்பெரிய மேன்மை என்ன தெரியுமா? அதுவே உணவு. அதுவே மருந்து! உணவாகவும் மருந்தாகவும் ஒருசேர இருப்பதால் தான் அது அமிழ்தம் எனப்பட்டது" - தாய்ப்பால் வரமா? வாரமா? எனும் தலைப்பில் வெளியாகியுள்ள சிறப்புக் கட்டுரை. இதனை எழுதி இருப்பவர் மருத்துவரோ, பிற மகளிரோ அல்ல. தாய்மை தொடர்பான உணர்வுகளைப் பகிர்ந்துகொண்டிருப்பவர் பேச்சாளர் சுகி. சிவம் (அக். 13, 2006, ப. 14). இதே இதழில் வெளியாகியுள்ள மற்றொரு தன்னம்பிக்கைப் பெண்ணின் சிறப்புக் கட்டுரை, மருந்து அலர்ஜியில் கண்ணிழந்தாலும், நம்பிக்கை இழக்காமல் சி.ஏ. வரை படித்துப் பெங்களூரில் பன்னாட்டு நிறுவனம் ஒன்றில் சிறப்பாகப் பணிபுரிந்து கொண்டிருக்கும் ரஜினி கோபாலகிருஷ்ணன் பற்றியதாகும். பெண்கள் பலவீனப் பாலினம் (வீக்கர் செக்ஸ்) என்பதை முறியடித்துக் காட்டுகிறது இக்கட்டுரை.

இவை போன்று பல்வேறு சிறப்பான தொடர் கட்டுரைகளை அளிக்கும் 'அவள்' அவ்வப்பொழுது வெளிவரும் செய்திகள், சட்டங்களை உடனடியாக விவாதத்திற்கு உட்படுத்திக் கட்டுரையாக அதனையும் வெளியிட்டு மகளிர் நலனில் கவனம் செலுத்தி வருவது குறிப்பிடத் தக்கது. எடுத்துக்காட்டாக, 'குடும்ப வன்முறைத் தடுப்புச் சட்டம்' வெளிவந்த உடனே ஜனநாயகமாதர் சங்கத்தின் மாநிலப் பொதுச் செயலாளர் வாசுகி, வழக்கறிஞர் சாந்தகுமாரி, இந்திய மாதர்தேசிய சம்மேளனத்தின் மாநிலப் பொருளாளர் வஹிதா ஆகியோரைக் கொண்டு இச்சட்டம் குறித்து விவாதிக்கச் செய்திருப்பது மகளிருக்கு இச்சட்டம் குறித்த கூடுதல் செய்திகளைப் பெற உதவியாக இருப்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

நாடு முழுக்கப் பெரும் பரபரப்பை ஏற்படுத்தியிருக்கும் இச்சட்டத்தினைக் கொண்டு வருவதில் முனைப்பாக இருந்தவர் மத்தியப் பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் நலத்துறை அமைச்சர் ரேணுகா சௌத்ரி ஆவார். படித்த பெண்கள் படிப்பின் வழியாகவும், படிக்காத பெண்கள் சுய உதவிக் குழுக்கள் மூலமும் பொருள் ஈட்டுகின்றனர். பொருளாதார ரீதியாகப் பெண்கள் பல படிகள் உயர்ந்து விட்டாலும், ஆண்களின் ஆதிக்க மனோபாவம் மட்டும் அப்படியே தான் உள்ளது. அப்படிப்பட்ட ஆடவரின் மனநிலையை மாற்ற வந்திருக்கும் இச்சட்டம் குறித்த விரிவான விளக்கத்தினை 'அவள்' அளித்திருப்பது மகளிர் முன்னேற்றத்தில் அவளுக்கிருக்கும் அக்கறையினை எடுத்துக் காட்டுவதாய் அமைந்துள்ளது.

சிறு குழந்தைகளுக்கு 'வசம்பு' எனும் மருந்தினைத் தருவது காலம் காலமாக நடந்து வரும் நிகழ்ச்சி. 'நோய்க்கு நோ சொல்வோம்' எனும் கட்டுரை, வசம்பை இழைத்துக் குழந்தைகளின் நாக்கில் தடவி விடுவது சில அய்யங்களுக்கு அழைத்துக் கொண்டு போய் விடும்" என மருத்துவர் வழி வலியுறுத்துகிறது. இக்கூற்றினைப் பலரைக் கொண்டு விவாதிக்கவும் செய்து 'உண்மை' என்ன என்பதை வெளிக்கொணர்ந் திருப்பது பாராட்டத்தக்க முயற்சி. பழமையான, வழிவழியாக வரும் மருத்துவ நம்பிக்கையினைத் தகர்த்தெறியச் செய்திருப்பது இளம் பெண்களுக்குச் சரியான வழிகாட்டுதலாகத் திகழும். ஒருபுறம் பழமை மருத்துவத்தில் இருக்கும் கேட்டினை எடுத்துச் சொல்லும் அதே சமயம், "திரிபலா சூர்ணம்" எனும் மருந்தின் வழி 'மெட்ராஸ் ஐ' எனப்படும் கண்நோயினைத் தீர்க்கலாம் எனத்தக்க எடுத்துக்காட்டுகளின் வழி விளக்கியிருப்பதும் 'அவளின்' சிறப்பம்சங்களில் ஒன்றாகும்.

'அவள்' மகளிர் முன்னேற்றத்தில் சிறப்பான பங்கெடுத்துக் கொண்டிருப்பதை இக்கட்டுரைகள் அனைத்துமே வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டுகின்றன.

தலையங்கம்

இதழில் முதலில் இடம்பெற வேண்டிய தலையங்கப் பகுதி அவளில் பெரும்பாலும் கடைசிப் பக்கத்தில் இடம்பெறுவதால் இங்கும் இறுதியாக இடம்பெறுகிறது. நாள், வார, திங்கள் என எவ்வகைப்பட்ட இதழாக இருந்தாலும் தலையங்கம் முதன்மையான இடத்தினைப் பெறுகின்றது. "ஒரு நல்ல தலையங்கம் செயலைத் தூண்டுகிறது. பணிகளை முடுக்குகின்றது. சட்டத்தைத் திருத்துகின்றது புரட்சியைத்

தோற்றுவிக்கின்றது" என்று கூறுகின்றார் எம்.வி. காமத் (இதழியல் கலை, ப. 252).

வாசகர்களுடன் நேரடியாகத் தனது கருத்தினைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும், சில வாசகர்களின் ஒருமித்த கருத்தினைப் பிற வாசகர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளவும், சமுதாயச் சீர்கேடுகளைத் தட்டிக் கேட்கவும், சமுதாயத்தில் நடைபெறும் சிறப்பான செயல்களைப் பாராட்டவும் என ஆசிரியர் தன் மன உணர்வுகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் வாயிலாகத் தலையங்கம் திகழ்கிறது எனலாம்.

சமுதாயத்தில் சில சிக்கல்கள் தோன்றும்போது, அவற்றின் இயல்பையும் மேற்கொள்ள வேண்டிய தீர்வுகளையும் பற்றித் தலையங்கங்கள் தீட்டலாம். மக்கள் நலனைக் காக்கவும் நாட்டின் வளத்தைப் பேணவும் தலையங்கங்கள் எழுதலாம் என்கிறார் மா.பா. குருசாமி (இதழியல், ப. 254). எனவே அவள் விகடன் மகளிர் இதழில், மகளிரை மையப்படுத்தித் தலையங்கங்கள் அமைகின்றன. வாசகியரின் கருத்துக்களைப் பகிர்ந்து கொள்வதாகவும், பண்டிகை உற்சாகத்தை வழிநடத்துவதாகவும், இளம்பெண்களுக்கு அவரவர் அன்னையர் தோழியாக இருந்து வழிகாட்ட வேண்டிய அவசியத்தை எடுத்துக்காட்டுவதாகவும், தேர்தலில் மகளிரின் 'ஓட்டுகள்' எத்தகைய விளைவுகளை ஏற்படுத்தும் என அறிவுறுத்திவதாகவும் இனிவரும் இதழ்களில் மகளிர் முன்னேற்றத் திற்காக 'அவள்' செய்யப்போகும் புதுமைகள்; புதிதான ஒரு பகுதி தொடங்கப்பட்டதற்கான காரணம்; அது பெற்றுள்ள வரவேற்பு எனப் பல பொருட்களில் 'நமக்குள்ளே' எனும் தலைப்பு அமைந்துள்ளது.

ஒரு தலையங்கம் "கூட்டுக்குடும்ப முறை வழக்கொழிந்து, தனிக்குடித்தனங்களும் முதியோர் இல்லங்களும் பெருகிவரும் தற்போதைய காலக்கட்டத்தில் தாயா, தாரமா என்ற கேள்விக்கே இடம் தராமல், இரண்டு உறவுகளுமே குடும்பத்தின் இரு கண்கள் என்பதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டிய ஆண்களின் கடமை; மகளுக்கு ஒரு நியாயம், மருமகளுக்கு ஒரு நியாயம் என நடந்துகொள்ளும் பெண்களுக்குச் சாடுதல் என வாசகியரின் கடிதம் கருத்துக்களைப் பகிர்ந்து கொண்டு, இருக்கிற சின்னஞ்சிறு கூட்டுக்குள் தாயும் தாரமும் தங்கள் நிம்மதியைத் தக்க வைத்துக் கொண்டு வாழ்வதற்கான சிந்தனையைத் தூண்டுகிறது (அவள், ஆக, 12, 2005).

பிறிதோர் தலையங்கம் திருமணப் பந்தங்களைப் பணத்தைப் பார்த்து முடிவு செய்வதை விட, குணத்தைப் பார்த்து, மணமக்களின்

மருத்துவச் சான்றிதழினைப் பார்த்து உறுதிசெய்வது நலம் என மகளிருக்கு எச்சரிக்கை தந்து வழி நடத்துகின்றது.

மற்றொரு தலையங்கம் இன்றைய ஊடகப் பாதிப்பு நிறைந்த உலகில் இளம் பெண்களுக்குத் தாய்மையுடன் தோழமையும் கலந்து தோள் கொடுக்க வேண்டிய தேவையினை முன்னிறுத்துகிறது (பிப். 2006).

இராமன் ஆண்டால் என்ன? இராவணன் ஆண்டால் என்ன? என இருக்கக் கூடாது. அரசியல் அரங்கம் பற்றியும் ஆட்சிக் களம் பற்றியும் எடைபோட்டுக் கொண்டே இருக்கிற எத்தனையோ பெரிய கனவான்களின் கணிப்பைவிடவும் ஒரு சாமானிய இல்லத்தரசியின் உள்ளுணர்வு மிகச் சரியாகவே இருக்கும் எனக் கூறும் தலையங்கம், மகளிர் பொங்கல், தீபாவளியை வரவேற்பது போல், தேர்தலையும் ஒரு பண்டிகையாக வரவேற்று, ஓட்டளித்து ஜனநாயகத்தின் தலைவிதியினை நிர்ணயிப்பதில் மகளிர் பெரும்பங்கு வகிக்க வேண்டும் என வலியுறுத்துகின்றது (மே. 12, 2006).

'அவள்' மகளிரின் வாழ்வில் ஏற்படுத்தியுள்ள மாற்றங்களை, வாசகியரின் கடிதங்கள் வாயிலாகவே பகிர்ந்து கொண்டுள்ளது. மற்றொரு 'நமக்குள்ளே' பகுதி. மைதிலி நாராயணன் என்பவர் மணமாகிப் புகுந்த வீட்டினுள் நுழைந்த தருணத்தில் கூடிவிட்ட பொறுப்புக்கள் காரணமாக இறுக்கமாகிவிட்ட நேரத்தில், 'அவள்' அரவணைப்பின் மூலம், தன் இறுக்கச் சூழலினின்றும் வெளிவந்ததாகவும், மற்றொரு வாசகி, "என்னுடைய சந்தோஷம், துயர், பயங்கள், பிரச்சனைகள், எண்ணங்கள் எல்லாவற்றையும் நான் தயக்கமின்றி அவளுடன் பகிர்ந்து கொண்டே வந்துள்ளேன்" என எழுதியுள்ள கடிதத்தினையும் ஆசிரியர் ஸ்ரீ நமக்குள்ளே பகுதியில் பகிர்ந்து கொண்டுள்ளார். இது மகளிருக்கு 'அவள்' வழிகாட்டியாக இருப்பதற்கும், மகளிர் நலனில் கவனம் செலுத்துகின்றது என்பதற்கும் சான்றாகத் திகழ்கிறது.

'அவள் விகடன்' தலையங்கப் பகுதி நாட்டு நடப்புக்களை மட்டும் அலசாமல், வாசகியரின் இதயத்தையும் அலசுவதாக அமைவது சிறப்பாகும்.

'அவளின்' பிற சிறப்புகள்

'அவள்' வாசகியருக்குத் தேவையான செய்திகளை அளிப்பதுடன் நிறுத்திக் கொள்ளவில்லை. வாசகியரை நேரில் சந்தித்து அவர்களின் திறமைகளை வெளிக் கொணர்வதிலும் தன்னை முன்னிலைப்படுத்திக்

கொள்கிறது. ஆசிர்வாத் நிறுவனத்துடன் இணைந்து 'ஆசிர்வாத் கோலாகலம் 2006' என்ற தலைப்பில் மெகா கோலப்போட்டியினை ஒவ்வொரு பகுதியிலும் நடத்தி, அப்பகுதி வாசகியரை ஒருங்கிணைத்து அவர்களின் திறமைகளை வெளிப்படுத்தச் செய்து ஊக்குவிக்கிறது.

சிறுகுறிப்பு, அழகுக் குறிப்பு, மருத்துவக் குறிப்பு, சட்ட நுணுக்கங்கள், சமையல், அறிவுத் துணுக்கு இப்படி இதழில் இடம்பெறும் எச்செய்தியானாலும் 'பெண்' வாசகியரை ஈடுபடச் செய்திருப்பது குறிப்பிடத்தக்கது. கட்டுரைகளும் பெரும்பாலும் பெண்களால் எழுதப்பட்டவையே. ஒன்றிரண்டு கட்டுரை மட்டுமே ஆடவரால் எழுதப்பட்டுள்ளன.

நம் நாட்டுப் பெண்கள் மட்டுமின்றி அயல்நாட்டுப் பெண்களின் சிறப்புக்களையும் (சிலியின் புரட்சித் தலைவி), நம் நாட்டுப் புரட்சிப் பெண்கள் பற்றியும் (நெருப்பு மலர்கள், ஞாநி) எடுத்துக்காட்டியிருப்பது மற்றொரு சிறப்பம்சம்.

இசை, ஓவியம், நடனம், புராணம் பற்றிய செய்திகளும் அவ்வப்போது இதழில் இடம்பெறுவது கூடுதல் சிறப்பு.

'அவள்' இதழில் இடம்பெற்றுள்ள ஒவ்வொரு கட்டுரையும், செய்திகளும் முழுமையாக மகளிர் முன்னேற்றத்திற்குத் தங்கள் பங்களிப்பினைச் செலுத்திவருகின்றன என்பதில் சற்றும் ஐயமில்லை.

விளம்பரங்களில் 'அவளின்' கண்ணோட்டம்

ஒரு குறிப்பிட்ட பொருளைப் பற்றி இல்லாமல், நிறுவனத்தின் பெருமையைப் பேசி, அது வெளியிடும் பொருட்களை வாங்கத் தூண்டும் நிறுவன விளம்பரம்; அறிவிப்பு விளம்பரம்; நிதி விளம்பரம், கல்வி, பொது வேலைவாய்ப்பு, மணமகன்தேவை உள்ளிட்ட வகைப்படுத்தப்பெற்ற விளம்பரங்கள் (Classified advertisements) எனப் பல வகைப்பட்ட விளம்பர வகைகளை விளக்குகிறார் மா.பா. குருசாமி (மேலது, ப.280).

இனி 'அவள்' இதழில் இடம் பெற்றுள்ள விளம்பரங்களைக் காணலாம். பொதுவாக மகளிர் இதழ்களில் வெளிவரும் விளம்பரங்கள் மகளிரை மையப்படுத்தியே அமைகின்றன. மகளிர் பயன்படுத்தும் பொருட்கள் அதிக அளவில் இடம் பெறும். எனினும், பெண்களை வெறும் போகப் பொருட்களாக அடையாளப்படுத்தும் விளம்பரங்களைத் தவிர்ப்பது நலம்.

'அவள் விகடன்' இதழில் இடம் பெறும் விளம்பரங்களை மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கானவை, அழகு சாதனப் பொருட்கள், ஆடை, ஆபரணங்கள், உணவுப் பொருட்கள், வீட்டுப் பயன்பாட்டுப் பொருட்கள், குழந்தைகளுக்கானவை என்றும், உடல் நலமும் மருத்துவ மனைகளும் குறித்தவை பொழுதுபோக்குக் குறித்தவை, நிதி நிறுவனங்கள், கல்வி நிலையங்கள் குறித்தவை என வகைப்படுத்தலாம்.

மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கான விளம்பரங்கள்

மகா அழகு பயிற்சி நிலையம், மைதிலீஸ், வசுந்துரா அழகு நிலையம் போன்ற அழகு நிலையங்கள் 'அழகுக்கலை நிபுணராக'ப் பெண்களுக்குப் பயிற்சியளித்துச் சான்றிதழ் கொடுப்பதைக் குறித்த விளம்பரங்கள் கிட்டத்தட்ட அனைத்து இதழ்களிலும் தவறாமல் இடம் பெற்றுள்ளன.

'FANETTE BEAUTY CONSULTANTS' எனும் நிறுவனம் கட்டான உடல் அமைப்பிற்கும், உடல் தோற்றத்தைச் சரி செய்வதற்குமான ஆடையினைத் தயாரிப்பதாக 'ஆங்கிலத்தில்' விளம்பரம் கொடுத்துள்ளது. இருப்பினும்,

வருவாய் ஈட்ட பொன்னான
வர்த்தக வாய்ப்பு!
உதவி புரிய
நாங்கள் தயார்!

> FANETTE நிறுவனம் அதன் தயாரிப்புக்களை தென்னிந்தியாவில் மார்க்கெட் செய்யத் துடிப்பான பெண் தொழில் முனைவோர்களை அழைக்கிறது. தேர்ந்தெடுக்கப்படுபவர் களுக்கு அவர்கள் செய்யும் வர்த்தகத்தின் அடிப்படையில் கவர்ச்சிகரமான கமிஷன், போனஸ் தொழில்துறை விதிகளின்படி வழங்கப்படும்.

எனக் கட்டத்தினுள் தமிழில் விளம்பரப்படுத்தி உள்ளது. தொழில் முனையும் மகளிர்க்கான வாய்ப்பினை இவ்விளம்பரம் நல்குகிறது.

“வீட்டில் இருந்தபடியே வியாபாரம் செய்ய இலட்சியப் பெண்கள் தேவை” எனும் மற்றொரு விளம்பரம் சமையல் அறையில் பயன்படுத்தும் மின்அடுப்பு, உடல் பாகங்களில் சீரான இரத்த ஓட்டத்தை ஏற்படுத்தித் தேவையான அளவு பிராணவாயு அளிக்கும் கருவி முதலானவற்றை விற்பனை செய்ய மகளிரை நாடுகின்றது. தைரியம், தன்னம்பிக்கை, விடாமுயற்சி, இலக்கு, விற்பனைத் திறன் மற்றும் புரட்சிக் குணம் கொண்ட இலட்சியப் பெண்கள் மட்டும் அணுகவும் எனும் இவ் விளம்பரத் தொடர் கவனிக்கத்தக்கது. குறிப்பிட்ட ஒரு புதிய பொருளை மக்களிடம் விற்பனைக்கு எடுத்துச் செல்லும்பொழுது நேரிடும் பலவிதமான சிக்கல்களைத் தாண்டி, மகளிர் பணிபுரிய வேண்டியிருக்கும் என்பதனை இவ்விளம்பர வாசகமே எடுத்துக்காட்டி வருகிறது. ஓவிய ஆசிரியர் பயிற்சி பள்ளி, வெங்கடேஸ்வரா மாண்டிசோரி / கிண்டர்கார்டன் நர்சரி பள்ளி ஆசிரியை பயிற்சி வகுப்பு, விமானப் பணிப்பெண் பட்டய வகுப்பு, மிருதுளா பூவேலை, தையல் பயிற்சிப்பள்ளி முதலான விளம்பரங்கள் மகளிருக்குப் புதிய கலையினைக் கற்றுக் கொடுத்து, அதன்வழி வருமானம் ஈட்டும்படி தூண்டுவதாக அமைகின்றது.

இவை தவிர, “ஆங்கிலத்தில் சரளமாகப் பேச, கம்ப்யூட்டர் பயிற்சிகள் தமிழில் தபால்மூலம் பயில, DTP ஆப்பரேட்டராக. . . சிறந்த கம்ப்யூட்டர் ஆபிஸ் நிர்வாகியாக” எனப் பலவிதமான தொழில் பயிற்சி அளிப்பதுடன், தன்னை மேம்படுத்திக் கொள்ள, விற்பனையாளர்க்கான, தொழில் முனைவோர்க்கான மேம்பாட்டுப் பயிற்சியினையும் அளிப்பதாக விளம்பரம் செய்துள்ளது சென்னையில் உள்ள SNTC நிறுவனம்.

சுயதொழில் ஆர்வம் மிக்க "அவள்" வாசகிகளே என வாசகியரை அழைக்கின்றது பிறிதொரு விளம்பரம். புடவையில் பல புதிய வடிவமைப்புக்களை, கணினியில் செய்வதற்குப் பயிற்சி பெற்று, பின் வீட்டில் இருந்து கொண்டே பணம் சேர்க்கலாம் என்கிறது "விஷால் டெக்ஸ்டைல் டிசைன் டிரைனிங் அகாடமி" எனும் நிறுவனம்.

இன்றைய மகளிர் வாழ்க்கையில் முன்னேற்றமடைய ஒருவழி அல்ல. பல வழிகள் இருக்கின்றன என்பதைத் தம் வாசகியருக்கு எடுத்துக்காட்டுவதில் 'அவள்' தீவிர ஆர்வம் செலுத்துவதை இவ் விளம்பரங்கள் சுட்டுகின்றன. கிட்டத்தட்ட 15க்கும் மேற்பட்ட மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கான விளம்பரங்கள் 'அவள்' இதழில் இடம்பெறுவது குறிப்பிடத்தக்கது. மகளிர் என்றாலே அழகு தானே! எனவே 'அவள்' தலை முதல் கால் வரையிலான பலவிதமான அழகுச் சாதனப் பொருட்களுக்கான விளம்பரங்களை அளிக்கின்றது. (கார்னியர், ஷோஹன் போன்ற பெரிய நிறுவனங்களின் அழகுச் சாதனப் பொருட்கள்) குளியல் சோப், தேங்காய் எண்ணெய், தலைமுடி செழித்துவளரும் எண்ணெய் (விருத்தி, தாத்ரி) முதலான விளம்பரங்கள் இடம் பெறுகின்றன.

இவை தவிர எண்ணெய், கோதுமை மாவு, பால், மசாலா, சாம்பார் பருப்பு போன்ற உணவுப் பொருட்கள், சத்யா மரச்சாமான், பிரஸ்டீஜ் வீட்டுப் பயன்பாட்டுப் பொருட்கள், பிரீத்தி மிக்ஸி, சௌபாக்யா வெட் கிரைண்டர் எனக் குறைந்த அளவில் மட்டுமே உண்பொருட்கள், பயன்பாட்டுப் பொருட்கள் குறித்த விளம்பரங்கள் இடம் பெறுகின்றன. 'சமையல் அறைக்கு மட்டுமே பெண்கள்' என்பதிலிருந்து மகளிரை விடுவிக்கின்றனவா 'அவளின்' விளம்பரங்கள் என்பது சிந்தனைக்குரியது. இதே போன்று, குழந்தைகளுக்கான பொருட்கள் 2 மட்டுமே இடம் பெற்றுள்ளன.

லேகாலேண்ட், ஈரோ டிராவல்ஸ், கைலாஷ் டிராவல்ஸ் மற்றும் கோடைக்காலச் சிறப்பு இரயில் கயிலை, மானசரோவருக்கு அழைத்துச் செல்வதாகப் பொழுதுபோக்குக் குறித்து 5 விளம்பரங்கள் காணப்படுகின்றன. திருமணமண்டபம், கல்வி நிறுவனங்கள் குறித்து 1-விளம்பரமே உள்ளது.

செயற்கைக் கருத்தரிப்பு மருத்துவமனை (கண்மணி, பில்ராத்), மூலநோய்க்கு லேசர் சிகிக்சை (விநாயகர் மருத்துவமனை), அப்பாசாமி மருத்துவமனை போன்ற மருத்துவமனை குறித்த விளம்பரங்களும்,

உடற்பயிற்சிக் கருவிகள் குறித்த விளம்பரமும் இடம்பெறுவது சுட்டத்தக்கது.

நீங்கள் நினைத்தகாரியம் கைகூட வேண்டுமா! அத்திரி மகரிஷி அருளிய துல்லிய நாடி, ஸ்ரீபகவானின் அருள், மஹாருத்ர ஹோமம், 18-சித்தர்களின் அருள்வாக்கு மையம், ஆன்மீக உலகில் ஓர் அற்புதம், அருள் மறையகம் எனப் பெண்களின் மனநிலையினைக் கருத்தில் கொண்டு, ஆன்மீக அருள் தருவதாக வரும் விளம்பரங்கள் அனைத்து இதழ்களிலும் தவறாமல் இடம்பிடித்துள்ளன. ஒருபுறம் மகளிரை மிகச் சிறந்த தொழில் முனைவோராக மாற்றும் முயற்சி. மறுபுறம் ஆன்மீகத்திற்கு இழுக்கும் முயற்சி. முரண்பட்ட இவ்விளம்பரங்கள் எதனைச் சுட்டுகின்றன? பல்வேறு பணிகளிடையே அழுந்திப்போய், மன அழுத்தத்திற்கு ஆட்படும் மகளிருக்கு, இவை போன்ற 'மன அழுத்த மீட்பு' முயற்சிகளும் தேவைதானோ? எனினும், மகளிருக்கு ஏற்றம் தரும் வகையிலேயே அதிக அளவில் விளம்பரங்கள் இடம் பெறுவதும், பெண்களைப் போகப் பொருட்களாகச் சுட்டும் விளம்பரங்கள் இடம்பெறவில்லை என்பதும், ஆடவர் பயன்பாட்டுப் பொருட்களோ, அரைகுறை ஆடையுடன் கூடிய விளம்பரங்களோ இதழில் இடம் பெறவில்லை என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

நிறைவுரை

21-ஆம் நூற்றாண்டில் வெளிவரும் மகளிர் இதழ்களில் 'அவள்' குறிப்பிடத்தக்க இடத்தினைப் பெற்றுள்ளது. இவ் இதழ் முழுக்க முழுக்க மகளிர் முன்னேற்றத்தினைக் கருத்தில் கொண்டு செயல்படுவதை இதழில் இடம்பெற்றுள்ள செய்திகள் உறுதிப்படுத்துகின்றன. இதழ்கள் பெண்ணியம் பேசுதலால் மட்டும் பயன் இல்லை; பெண்ணியம் எது எனப் பெண்களை உணரவைப்பதும் முக்கியம். 'பெண்மையின் முன்னேற்றம்' பெண்ணியத்தின் மிக முக்கியக் கருவாகிறது. பெண் முதலில் தன்னை அறிய வேண்டும். தன் சக்தியினை உணர வேண்டும். தனக்காகப் போராடக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். எதிர்பாலினர் எதிரிகளல்ல. தன்னம்பிக்கையுடன் தன்னை உணர்ந்து, தன் கூட்டைவிட்டு வெளிவரும் பெண்மை உலகை வெல்லும் உறுதி கொள்கிறது. பெண்களுக்கென வரும் மகளிர் இதழ்கள் பெண்களை மீண்டும் மீண்டும் சமையல், கோலம் என ஒரே வட்டத்தில் சுற்றச் செய்யாமல், பிறவற்றிலும் வழிகாட்ட வேண்டிய கடமை கொண்டுள்ளன. 'அவள்' இப்பணியினைச் செவ்வனே செய்திருக்கிறது எனலாம்.

'அவள்' இதழில் இடம்பெற்றுள்ள கட்டுரைகள் தேர்ந்தெடுத்த முத்துக்களாகத் திகழ்கின்றன. சுய பச்சாதாபம், தன்னிரக்கம் இரண்டும் அழிவிற்கு வழிகாட்டுபவை. உளி தாங்கும் கற்கள் சிற்பங்களாகின்றன. துயரினை நேரிடையாகச் சந்தித்து வெற்றி கொள்பவன் சிகரத்தின் உச்சியைத் தொடுகிறான். பலவித இன்னல்களைச் சந்தித்து வெற்றி பெற்ற மகளிரை, பிற வாசகியருக்கு அடையாளம் காட்டும்பொழுது, அவர்களுக்கும் உத்வேகம் ஏற்படுகிறது. வாழ்க்கையில் சாதிப்பதற்கும், சிகரத்தின் உச்சியினை எட்டுவதற்கும் தேவை நம்பிக்கை; பணமோ, அழகோ அல்ல என்பதை ஆழமாக மனதில் பதியும்படி எடுத்துக்காட்டி மகளிரின் சுயசிந்தனையினைத் தூண்டியுள்ள 'சிகரம் தொட்ட கதை', வீட்டில் இருந்துகொண்டே எளிய முறையில் சிக்கனமான முதலீட்டில் வருமானம் ஈட்டும் வழிவகைகளைக் கற்றுத் தரும் 'சின்ன ஐடியா பெரிய லாபம்', படித்த மகளிர் மட்டுமல்ல, அனைத்து மகளிருமே தொழிலதிபர் ஆகலாம் எனும் சிந்தனையை ஊட்டும் நாணயம் விகடன், மகளிர்

தனித்து மட்டுமல்லாமல் குழுக்களாக இணைந்தும் சாதிக்கலாம் எனக் காட்டும் 'மாண்புமிகு மகளிர் குழுக்கள்'; இக்கட்டுரைகள் அனைத்துமே மகளிர் தம் சொந்தக் கால்களில் நிற்கக் கற்றுத் தருபவை. சுயபொருளாதாரம் பெற்று வாழ்வில் உயர வழிவகுப்பவை. அடுத்து, அறிவினைப் புகட்டும் கட்டுரைகள், வளர்ந்துவரும் நாகரிகத்தின் வேகத்திற்கு ஈடு கொடுக்கும் வகையில் புதிய செய்திகளைக் கற்றுக் கொள்ள உதவுகின்றன. பொது அறிவினைப் பெறும் வகையில் அமைந்துள்ள கட்டுரைகளான ஈஸியா பேசலாம் இங்கிலீஷ், மோட்டார் விகடன், நாடென்ன செய்யுது நமக்கு, நுகர்வோர் ராஜாங்கம், தஞ்சம்மா மஞ்சம்மா, பசுமை தொடர்பான கட்டுரைகள் அனைத்துமே எத்தரப்பு மகளிருக்கும் கல்வி புகட்டுபவை. வெளியுலகத்தில் துணிவுடன் இறங்கி தம் வெற்றிக் கொடியை நாட்டக் கற்றுத் தருபவையுமாகும்.

சாதனை மகளிர் குறித்து இடம்பெறும் கட்டுரைகள் போராட்டத்தைக் கற்றுக்கொடுப்பவை. புதிதுபுதிதான சாதனைகளை நாமும் படைக்க வேண்டும் எனும் எண்ணத்தை உருவாக்குபவை.

பொருள் ஈட்ட, சாதனை படைக்க மட்டுமின்றி உறவுகளின் புனிதத்தையும் மகளிருக்கு உணர்த்துவது அவளின் சிறப்பம்சமாகும். பொதுவாக அறிவுரை யாருக்கும் பிடிக்காத ஒன்று. மாமியார் என்றாலே இப்படித்தான்! ஐயோ! நாத்தனாரா? என இருக்கும் பெண்களின் மன நிலையினை மாற்ற வேண்டுமே. அதற்கு 'அவள்' கடைப்பிடிக்கும் உத்தி போற்றத்தக்கது. இதோ! இப்படிக்கூட சிறந்த மாமியார் உள்ளனர். (நீங்கள் நினைத்தால் அதுபோல் மாறமுடியும்), இப்படியும் நாத்தனார் நல்ல தோழிகளாக விளங்க முடியும் (நீங்களும் முயன்று பாருங்களேன்!) கணவன் மனைவியா? இருவருக்கும் இடையில் இப்படிக்கூட உன்னதமான அன்பு இருக்க முடியும் என வாழும் சான்றுகளைக் காட்டி, மகளிரைச் சிந்திக்கச் செய்துள்ளனர். உறவு முறைகளில் காணப்படும் சிக்கல் விலகினாலே மகளிர் முன்னேற வாய்ப்புப் கிட்டுமே? 'பெண்ணுக்குப் பெண்ணே எதிரி' எனும் தவறான கருத்து அழிந்தாலே, மகளிர் தமது பாதையில் பாதி தொலைவு கடந்துவிட்ட நிலை வந்து விடுமல்லவா? கூட்டுக் குடும்பச் சிதைவு மட்டுமல்ல; பணி காரணமாகக் குடும்ப உறுப்பினர்களே ஒவ்வொருவர் ஒவ்வொரு இடத்தில் வாழ வேண்டியுள்ள சூழலில், இதுபோலவும் கூட்டுக் குடும்பங்களை அமைத்துக் கொள்ளலாமே என மாற்றுச் சிந்தனை தரும் முகமாக வெளியாகியுள்ள கட்டுரைகள் அனைத்துமே

உறுதியாக இன்றைய இளம் மகளிரின் சிந்தனையில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும்.

மருத்துவம் தொடர்பான கட்டுரைகளும் மிகச்சிறப்பாக உள்ளன. ஆரோக்கியமான எதிர்காலச் சந்ததியினரை உருவாக்க முயல்பவை, நோயின்றி வாழக்கற்றுக் கொடுப்பவை; நோய்க்குத் தடை சொல்ல வைப்பவை என இவற்றைச் சொல்லலாம்.

இளம் தலைமுறையினருக்கென வெளிவரும் 'காலேஜ் கேம்பஸ்' பகுதி புத்தகமே படிக்க விரும்பாது, தொலைக்காட்சியில் மட்டும் கண்ணை வைத்துள்ள இளைய தலைமுறையினரைக் கூடத் திரும்பிப் பார்க்க வைக்கும் பகுதியாகும். இளையதலைமுறையின் படைப்புத் திறனை வெளிக் கொணர்வதுடன், வாழைப்பழத்தில் ஏற்றும் ஊசிபோல் எஸ்.எம்.எஸ். விளையாட்டு வேண்டாம், காதல் எனப்படுவது யாதெனின் போன்ற அறிவுரைகளையும் புகட்டுவது குறிப்பிடத்தக்கது. இளம்பெண் களுக்கென உள்ள 'பேஷன்-கார்னர்' என்னும் பகுதியிலும் 'அவள்' கண்ணியத்தைக் கடைப்பிடிக்கின்றது. நவீன ஆடைகள் என்னும் பெயரில் தரமற்ற ஆடைவகைகளை அறிமுகப்படுத்தாமல், கல்லூரி மாணவியருக் கேற்ற ஆடை, அணிகலன்களை அறிமுகப்படுத்தி அவர்களைச் சீரிய முறையில் வழிநடத்திச் செல்வது சுட்டத்தக்கது.

இளம் தாய்மார்களுக்கென உள்ள 'மம்மீஸ்கிளப்', இல்லத்தரசிகளை மகிழ்விக்க உள்ள பகுதிகள் என அனைத்துத் தரப்பு மகளிரையும் கருத்தில் கொண்டு வரும் பகுதிகள் பாராட்டத்தக்கவை.

சிறுகதை, கவிதை முதலான படைப்பிலக்கியங்களுக்கும் நவீன இலக்கியங்களுக்கும் 'அவள்' முக்கியத்துவம் தரவில்லை. எப்போதோ தலைகாட்டும் கவிதைகள், எழில்வரதன் என்பவரின் ஒன்றிரண்டு சிறுகதை தவிர ஏதும் இடம்பெறவில்லை. பெண் படைப்பாளிகளுக்கு வாய்ப்புக் கொடுத்துச் சிறப்பான சிறுகதை, கவிதை போன்றவற்றை வெளியிட்டால் புதிய படைப்புக்கள் உருவாவதுடன், மகளிரை இலக்கியப் பணியில் ஆழ்த்தும் பெருமையும் 'அவளுக்கு'க் கிட்டும்.

எனினும், பெண்களின் அறிவினை, சமயோசிதத் திறமையினை, சாமர்த்தியத்தினை, எச் சூழலிலும் தாக்குப்பிடிக்கும் தன்மையினைக் 'கரிசல்காட்டுக் காதல் கதைகள்' (பாரததேவி) வழியாக வெளியிடுவதும் 'கதை கேளு..... கதை கேளு' (சிறுகுடி பார்வதி தண்டபாணி) வழியாக அறிவுறுத்தும் கதைகளை வெளியிடுவதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

பெண்களின் மன அழுத்தத்தினை வெளிக்கொணர, (என்டைரி), பொழுது போக்குக்காக (கேபிள் கலாட்டா), பொது அறிவினைப் பெற (நியூஸ் டைஜஸ்ட்), கலைநயம் உண்டாக்க (எழில் கொஞ்சம் இல்லம்) எனப் பல பகுதிகள் 'அவளில்' இடம்பெறும். அதே சமயம், கலந்துரையாடல், நேர்காணல், திரைச்செய்திகள், ஆசிரியர் கேள்வி-பதில் போன்றவை 'அவளில்' இடம்பெறுவதில்லை என்பதும் சுட்டிக் காட்டத்தக்கது. அதேபோல, அரசியல் அறிவினைப் புகட்டப் பெண்களை மையப்படுத்தும் நிகழ்ச்சிகள், பெண்களுக்குரிய சிக்கல்கள் (இரவுநேரப்பணியில் ஈடுபடும் பெண்களின் நிலைபோன்றவை) போன்றவற்றிற்கு எத்தகைய நடவடிக்கையும் எடுக்கவில்லை என்பதும் சுட்டத்தக்கது. அதேபோல், அரசியல் அறிவினைப் புகட்ட முயலாதது ஏன் என்ற வினாவும் எழுகிறது. நுணுக்கமான அரசியல் அறிவினையும், சட்ட நுணுக்கங் களையும் (அடிப்படை மகளிர் உரிமைச் சட்டங்கள்) பயிற்றுவித்தால், அதன்வழியும் மகளிர் பயனடைவர் அன்றோ?

மூட நம்பிக்கையினை வளர்க்கும் விதமாக வெளிவரும் ஜாதகம் என்ன சொல்கிறது? இராசி பலன்கள் முதலான பகுதிகளைத் தவிர்த்து மகளிரின் சிந்தனையில் பகுத்தறிவினைப் புகட்டினால் இன்னமும் சிறப்பாக இருக்கும்.

ஆசிரியர், வாசகர்களுடன் பேசுவதற்கான வாய்ப்பாக அமையும் 'தலையங்கம்' அவ்வப்பொழுது, மட்டும் இடம்பெறுவதைத் தவிர்த்து, ஒவ்வொரு இதழிலும் சிறப்பான தலையங்கம் அமைந்தால் வாசகர்களுடனான நெருக்கம் கூடும்.

சில இதழ்களில் மட்டும் இடம்பெறும் 'உள்ளுறைப்' பகுதி, பல இதழ்களில் மறைந்து விட்ட மாயம் ஏன் எனத் தெரியவில்லை. தவறாது, அனைத்து இதழ்களிலும் உள்ளுறை இடம் பெற்றிருந்தால் சிறப்பாக அமைந்திருக்கும்.

ஆண்பாலவர் வழிப் பெண்ணியம் குறித்த கருத்தோட்டங்கள், இரட்டைச்சுமையினைச் சுமக்கும் பெண்களுக்கு ஆடவர் எந்த வகையில் உதவிபுரிகின்றனர்? குழந்தை வளர்ப்பில் இப்போதைய ஆடவர் எந்த அளவிற்கு மகளிர்க்கு உதவி புரிகின்றனர்? இரவுப் பணிக்குப் பெண்கள் செல்ல வேண்டிய நிலையில், இல்லங்களில் ஆடவரின் பங்கு என்ன? பணி நிமித்தம் வெளிநாடுகளுக்குக் கூடச் செல்ல வேண்டிய சூழல் மகளிருக்கு ஏற்படும்பொழுது, ஆடவர் எவ்விதமாக எதிர்கொள்கின்றனர்!

இக்காரணங்களால் மகளிரின் வாழ்க்கை சிக்கலுக்குள்ளாகிறதா? போன்ற வினாக்களுக்கு, விடைதேடும் முயற்சியில் 'அவள்' இறங்க வில்லை. விடைகளை வெளிப்படுத்தித் தீர்வினைத் தர முயலும் பட்சத்தில் 'மகளிர் முன்னேற்றத்திற்கு' முழுமையான பங்களிப்பினை அளிக்கும் இதழாக 'அவள்' திகழும்.

எனினும், மூன்று, தலைமுறை மகளிரையும் கருத்தில்கொண்டு, 'அவளில்' இடம்பெறும் பகுதிகள் "மகளிர் முன்னேற்றத்தில்" சிறந்த இடத்தைப் பெறுபவை என்பதில் மாற்றுக் கருத்தில்லை. மூன்று தலை முறை மகளிர்க்குப் பல செய்திகளை அளிப்பதுபோல், அவரவர்க்கு ஏற்ற வகையில் வெளிவரும் புதிய நூல்களை அறிமுகம் செய்தலும், சிறந்த நூல் மதிப்புரையும் 'அவளில்' இடம் பெற்றால் கூடுதல் சிறப்பாக இருக்கும்.

இலவச இணைப்பாக விதவிதமான 'சமையல்' குறித்த இணைப்பினை வழங்குவதை 'அவள்' வழக்கமாகக் கொண்டுள்ளது. அதனை மாற்றி, பெண்ணியச் சிறுகதைகள், உலகப் பெண் படைப்பாளிகளின் படைப்புகள், பெண்மொழி பேசும் கவிதைகள், புதிய கலை வடிவ உத்திகள் போன்றவற்றை இலவச இணைப்பாகத் தருமாயின், பிற மகளிர் இதழ்களிலிருந்து வேறுபட்ட 'இதழ்' எனும் பெயரினைத் தக்க வைத்துக் கொள்ள வாய்ப்புண்டு.

இதழினைப் படிக்கும் வாசகியருக்கு முதன்மைத்துவம் அளிக்கும் பொருட்டும், வாசகியரையும் இதழுடன் பங்கேற்க வைக்கவேண்டும் எனும் எதிர்பார்ப்புடனும் அவர்களின் எண்ணப் பகிர்வுகளை அதிகம் இடம்பெறச் செய்வதும், மகளிர் படைப்புகளை இடம்பெறச் செய்வதும் 'மகளிர் முன்னேற்றத்தை' அவள் கருத்தில்கொண்டு செயலாற்றுகிறது என்பதற்கு எடுத்துக்காட்டாகும். படைப்புகளில் ஆடவருக்கான இடம் குறைவு என்பது சுட்டத்தக்கது.

'அவள்' விளம்பரங்களில் கண்ணியத்தைக் கடைப்பிடித்து வருகிறது. அருவெறுக்கத்தக்க, அரைகுறை ஆடையுடன் தோன்றும் பெண்களின் படங்கள் இடம்பெறுவதில்லை. அதேபோல் அட்டைப் படத்தில் இடம்பெறும் பெண்களின் உடையிலும் கவனம் செலுத்தப் பட்டுள்ளது. பெண்மைக்கு 'அவள்' அளிக்கும் மதிப்பு இதன்வழி புலனாகும். விளம்பரங்களைத் தனி ஆய்விற்கு உட்படுத்தலாம்.

'அவளில்' இடம்பெறும் கட்டுரைகளை மட்டும் தனி ஆய்விற்கு உட்படுத்தினால் சிறப்பான 'பெண்ணிய' ஆய்வாக அமையும்.

அண்மைக் காலத்தில் வெளிவந்து கொண்டிருக்கும் பிற மகளிர் இதழுடன், 'அவள்' இதழினை ஒப்பிட்டு ஆய்வு நடத்தினால் 'அவளின்' சிறப்பம்சங்கள் வெளிப்படக் கூடும்.

ஆய்வாளரின் கருத்தோட்டதில், மேற்கூறப்பட்ட சிற்சில பகுதிகளைச் சேர்க்கும் பட்சத்தில் 'அவள்' சிறப்பான மகளிர் இதழாக மிளிரும்; எனினும், மகளிர் முன்னேற்றத்தில் 'அவள்' தனது பங்களிப்பினைச் சிறப்பாகச் செய்து வருகிறது என்பதில் மாற்றுக் கருத்தில்லை.

துணை நூல்கள்

முதன்மை ஆதாரம் :

அவள் விகடன் ஜூன் 2005 முதல் டிசம்பர் 2006 வரையிலான இதழ்கள்.

துணைமை ஆதாரம்

1. இதழியல், கி. இராசா, தாமரை பப்ளிகேஷன்ஸ் (பி) லிட், சென்னை, 2005.
2. இந்திய சமுதாய வரலாற்றில் பெண்மை, ராஜம்கிருஷ்ணன், தாகம் வெளியீடு, சென்னை, 2006.
3. இந்தியாவில் பெண்கள் இயக்கம், ரேணுசக்ரவர்த்தி, (தமிழில் நா. தர்மராஜன்), அலைகள் வெளியீட்டகம், சென்னை, 2006.
4. எண்பதுகளில் தமிழ்ப் புனைகதைகளில் பெண்ணியம், சு. வேங்கடராமன், உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம், சென்னை, 1993.
5. தமிழக மகளிரியல், முனைவர் அன்னிதாமசு (பதி), உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம், சென்னை, 2002.
6. பெண்-மரபிலும் இலக்கியத்திலும், இரா.பிரேமா, தமிழ்ப் புத்தகாலயம், சென்னை, 2006.
7. பெண்கள் முன்னேற்றத்தில் சுமங்கலி இதழ்களின் பங்கு, டாக்டர் ஜே.ஆர். இலட்சுமி, பொன்ஜீவா பதிப்பகம், சென்னை, 1998.
8. பெண்குல வரலாறு, அ.பாக்கியம், மருதா வெளியீடு, சென்னை, 2006.
9. பெண்ணியம், இரா. பிரேமா, உலகத்தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம், சென்னை, 1994.
10. பெண்ணியம், முனைவர் சி.சீதனா, அம்சா பதிப்பகம், சென்னை, 2000.
11. பெண்ணியம், முனைவர் இராம. குருநாதன், திருமதி தேவிப்பிரியா, கலைஞன் பதிப்பகம், சென்னை, 2001.
12. பெண்ணிய அரசியல், அ. மங்கை, கங்கு, சென்னை, 2005.
13. பெண்ணியத் திறனாய்வு, வீ. நிர்மலாராணி, காவ்யா, சென்னை, 2003.

14. பெண்ணியம் தோற்றமும் வளர்ச்சியும், முனைவர் ச.முத்துச் சிதம்பரம், முத்துப்பதிப்பகம், 2005.

15. பெண்ணியம் விளக்கக் கையேடு, டாக்டர் தேவதத்தா, டாக்டர் தி. கமலி, அன்னை தெரசா மகளிர் பல்கலைக் கழகம், சென்னை, 1992.

16. பெரியார் ஈ.வே.ரா., ஆறு அழகப்பன், சாகித்ய அகாதமி, சென்னை, 2006.

17. மகளிர் முன்னேற்றத்தில் இதழ்களின் பங்கு, முனைவர் ம. நடராசன், தமிழ் அரசுப் பதிப்பகம், சென்னை, 2002.

ஆயுள் வளர்க்கும் ஆயுர்வேதம் - 9

மூன்று நாட்கள்...



வாழ்க்கை என்னும் ஓடம் சிரக்ச் செல்ல தேவையானவை மூன்று துடுப்புகள். ஆரோக்கியமான உணவு, நல்ல தூக்கம், நெறிப்படுத்தப்பட்ட செயல்பாடுகள் (செய்யும் வேலைகள், அவற்றோடு கூடிய உடற்பயிற்சி, வாழ்க்கைக் கடமைகள் எல்லாம் சேர்ந்தது) ஆகிய மூன்றையும்தான் அந்த துடுப்புகளாக குறிப்பிடுகிறார்கள் ரிஷிகள். இவைதான் உடலை பலப்படுத்துகின்றன. மரணப் படுக்கையில் விழும் கடைசி நிமிடம் வரை உடலின் இயக்கத்தை நல்ல நிலையில் வைத்திருக்க உதவுவதும் இவைதான்!

பக்குவம் அடைந்த நாள் முதல் வாழ்க்கையின் கடைசி நிமிடம் வரை இந்த மூன்று விஷயங்களிலும் கவனம் செலுத்த வேண்டும். இவற்றில் ஏதாவது ஒரு துடுப்பு சீர்கெட்டுப் போனாலும் வாழ்க்கை என்னும் ஓடம் கவிழ்ந்துவிடும் ஆபத்து இருக்கிறது.

மாதவிடாய் சமயத்தில் கோளாறுகள் ஏற்படாமல் தடுப்பதில் மருந்துகளைவிட உணவு என்னும் துடுப்புக்கு மிக முக்கிய பங்கு உண்டு. இதைப் பெண்கள் புரிந்து கொண்டாலே போதும்... பல பிரச்னைகளை தவிர்த்து விடலாம்.

பொதுவாக, பெண்களில் ஐம்பது சதவிகிதம் பேருக்கு மாதவிடாய் சமயத்தின்போது வலி இருக்கிறது. அதனால் தான் அவர்கள் மாதவிடாயை வரமாக நினைக்காமல் சாபமாக நினைக்கிறார்கள். பத்து சதவிகிதம் பெண்கள் மாதவிடாய் சமயத்தில் ஏற்படும் வலி போன்ற பக்க விளைவுகளால் இரண்டு, மூன்று நாட்கள் வேறெதிலும் கவனம் செலுத்த முடியாமல் முடங்கிக் கிடக்க வேண்டிய கட்டாயத்துக்கு ஆளாகிறார்கள். சிலருக்கு குழந்தை பிறந்த பிறகு இந்தத் தொந்தரவுகள் மறைந்து நார்மலாகி விடுகிறது.

இந்த வலியையும், மன அவஸ்தைகளையும் தவிர்க்க உணவுப் பழக்க மாற்றம் முக்கியமாக தேவை! கொழுப்புச் சத்துள்ள உணவுகளை குறைத்துக் கொண்டு நார்ச்சத்துள்ள உணவுகளை அதிகம் சேர்த்துக் கொள்வதால் மாதவிடாய் கோளாறுகள் தடுக்கப்படுகின்றன என்பது பல நூறு ஆண்டுகளாக ஆயுர்வேதம் வலியுறுத்தி வரும் உண்மை. அறிவியல் ரீதியாகவும் இது நிரூபிக்கப்பட்டு இருக்கிறது.

பெண்களுக்கு சுரக்கும் ஹார்மோன் ஈஸ்ட்ரோஜென். ஒவ்வொரு மாதமும் இதன் சுரப்பில் ஏற்றத்தாழ்வுகள் இருக்கும். ஒவ்வொரு முறையும் மாதவிடாய் வருவதற்கு முன்பாக செயல்பட்டு கருப்பையின் உட்புற சவ்வை தடிமனாக்குவது இந்த ஹார்மோன்தான். அந்தப் பெண் கர்ப்பமானால் அதைத் தாங்குகிற அளவுக்கு கருப்பைக்கு

டாக்டர் கே.ஜி.ரவீந்திரன்

முக்கிய குறிப்புகள்!

பலம் தேவை அல்லவா? அதற்காகத்தான் இந்த ஏற்பாட்டை செய்கிறது ஈஸ்ட்ரோஜென்!

இந்த ஹார்மோன்தான், மாதவிடாய் சமயத்தில் ஏற்படும் வயிற்றுவலிக்கும் மறைமுகமாக காரணமாகிறது. அதாவது, அந்த வயிற்றுவலிக்கு முக்கிய காரணமான புரோஸ்டோகிளாண்டின் என்கிற ரசாயனம் சுரப்பதற்கும் ஈஸ்ட்ரோஜென் அளவு அதிகரிப்பதற்கும் தொடர்பு இருப்பதாக தெரிய வந்திருக்கிறது.

இப்படி அதிகரிக்கும் இந்த ஹார்மோன், புற்றுநோய் செல்களின் வளர்ச்சியையும் தூண்டி விடுவதாக ஆய்வுகளில் தெரிய வந்திருக்கிறது. இப்படிப்பட்ட பெண்களுக்கு கருப்பை புற்றுநோய் மற்றும் மார்பக புற்றுநோய் வரும் வாய்ப்பு அதிகம் உண்டு. ஈஸ்ட்ரோஜென் சுரப்பு குறைந்தால் அதன் விளைவாக மாதவிடாய் கோளாறுகள், புற்றுநோய் வாய்ப்பு இரண்டுமே தவிர்க்கப் படுகின்றன.

கொழுப்புச் சத்து மிக்க உணவுகளை உண்பவர்களுக்கு ஈஸ்ட்ரோஜென் அதிகமாக சுரக்கிறது. கடந்த 2000-ம் ஆண்டில் இது தொடர்பாக ஓர் ஆய்வு நடந்தது. தொடர்ச்சியாக இரண்டு மாத காலத்துக்கு ஒரு குழுவைச் சேர்ந்த பெண்களுக்கு கொழுப்புச் சத்துள்ள உணவையும், இன்னொரு குழுவுக்கு கொழுப்பு குறைந்த, நார்ச்சத்துள்ள சைவ உணவு களையும் கொடுத்து பரிசோதனை நடந்தது.

இதில் சைவ உணவை சாப்பிட்டவர்களுக்கு வழக்கமான வயிற்றுவலி, அதிக உதிரப் போக்கு போன்ற பிரச்னைகள் இல்லை. இதனால் அவர்கள் எரிச்சல், மனவேதனை... என குழப்பங் கள் இல்லாமல் உற்சாகமாகக் காணப்பட்டனர். இந்த சந்தோஷத்தால், மீண்டும் அவர்கள் கொழுப்புச் சத்துள்ள உணவுகள் பக்கமே திரும்பப் போவதில்லை என்று குறிப்பிட்டனர்.

கொழுப்புச் சத்து இல்லாத உணவால், ஈஸ்ட்ரோஜென் சுரப்பு குறைய, இயல்பாகவே அதனால் கருப்பை செல்களின் மீது ஆதிக்கம் செலுத்த முடியாமல் போகிறது. அதன்விளைவுதான், வயிற்று வலியில்லாத சந்தோஷம்!

கொழுப்பு குறைவான, நார்ச்சத்துள்ள உணவைச் சாப்பிடுவதில் இன்னொரு பலனும் இருக்கிறது. ஈஸ்ட்ரோஜென் அதிகம் சுரக்கும்போது அது ரத்தக்குழாய்களின் வழியாக ஈரலுக்கு போய் அங்கிருந்து குடலுக்கு வருகிறது. இப்படி குடலுக்கு வரும் அந்த ஹார்மோனை நார்ச்சத்துள்ள உணவுகள் ஸ்பாஞ்ச் மாதிரி செயல்பட்டு உறிஞ்சி எடுத்து கழிவுகளோடு சேர்த்து விடுகின்றன. இது அதிகமாக சுரக்கும் ஹார்மோனை கழித்துக்கட்டும் உடம்பின் இயல்பான சிஸ்டம்.

மாதவிடாய் சமயத்தில் கோளாறுகள் ஏற்படாமல் தடுப்பதில் மருந்துகளைவிட உணவுக்கு மிக முக்கிய பங்கு உண்டு. இதைப் பெண்கள் புரிந்து கொண்டாலே போதும்...

ஆனால், கொழுப்பு சத்துள்ள உணவைச் சாப்பிட்டால் அவற்றால் அதிக ஹார்மோனை உறிஞ்ச முடியாது. அதனால் குடலுக்கு வரும் ஹார்மோன்கள் கழிவுப் பாதைக்கு அனுப்பப் படாமல் திரும்பவும் உடலிலேயே சுழன்று வருகிறது. இதன் விளைவாக மாதவிடாய் கோளாறுகள் ஏற்படுகின்றன.

மாதவிடாய் ஏற்படும் அந்த நாட்களில் மட்டுமின்றி பொதுவாகவே உணவுப் பழக்கத்தை மாற்றிக் கொண்டால் நல்ல பலன் கிடைக்கும். அப்படி மாற முடியாதவர்கள் மாதவிடாயை எதிர்பார்த்து அதற்கு ஒருவாரம் முன்பிருந்தே மாறினால்கூட கடுமையான பக்கவிளைவுகளை ஓரளவுக்கு தவிர்க்க முடியும்.

மாதவிடாய்க் கோளாறு இருக்கும் பெண்கள் எப்போதும் சிக்கன், மட்டன் என மாமிசம், பதப்படுத்தப்பட்ட பால் பொருட்கள், அதிக எண்ணெய், சிப்ஸ் போன்ற ரெடிமேட் உணவுகள், எண்ணெயில் பொரித்து பதப்படுத்தப்பட்ட உணவுகள் போன்றவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும். காபி குடிப்பதைக் குறைத்துக் கொள்ள வேண்டும். சர்க்கரை, உப்பு போன்றவற்றையும் அளவாக பயன்படுத்த வேண்டும்.

மாதவிடாய் சமயத்தில் உணவு விஷயத்தில் கிட்டத்தட்ட பத்தியம் போல இருக்கவேண்டும். அதற்காக, 'சாப்பிடவே வேண்டாம்' என்று நான் சொல்ல வரவில்லை. இரண்டு, மூன்று வேளைகள் மூக்கு பிடிக்க சாப்பிடுவதை தவிர்த்துவிட்டு, சாப்பாட்டையே ஏதோ நொறுக்குத் தீனி மாதிரி நினைத்து அவ்வப்போது கொஞ்சம் கொஞ்சமாக சாப்பிட்டால் நல்லது. அதாவது, மூன்று வேளை சாப்பிடும் உணவை ஏழெட்டு தடவையாக பிரித்து சாப்பிட வேண்டும். அதிக சூடாகவும் சாப்பிடக் கூடாது. ஃபிரிட்ஜில் வைத்து எடுத்த 'ஜில்' உணவையும் சாப்பிடக் கூடாது. மிதமான சூட்டில் இருக்கும், அதிகம் காரம், உப்பு சேர்க்காத உணவுதான் சிறந்தது. காரம்

நிறைய சேர்த்துக் கொண்டால் அது உதிரப்போக்கை அதிகமாக்கும். காய்கறிகள், பழங்கள் நிறைய சாப்பிடலாம். பழங்களை ஜூஸ் மாதிரி சாப்பிடுவது நல்லது. ஏனென்றால், இந்த சமயத்தில் உடலுக்கு நிறைய திரவ ஆகாரம் தேவைப்படும்.

சில பெண்களுக்கு மசக்கை ஆசைகள் மாதிரி இந்த சமயத்தில் குறிப்பிட்ட சில உணவுகளை சாப்பிட வேண்டும் என்று ஆசை பிறக்கும். குறிப்பாக சாக்லெட், ஐஸ்கிரீம், இனிப்புகள், நொறுக்குத் தீனிகள் சாப்பிடத் தோன்றும். இந்த ஆசைகளைத் தவிர்ப்பது நல்லது.

இந்த சமயத்தில் சாப்பிடும் எந்த உணவும் வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்று தோஷங்களின் இயல்பை பாதித்து விடக்கூடாது என்பது முக்கியம். மாதவிடாய் சமயத்தில் வாதத்தின் பாலன்ஸ் தவறினால் பதட்டம், அடிக்கடி 'மூடு' அவுட் ஆவது, டென்ஷன் என பாதிப்புகள் ஏற்படும். பித்தத்தின் பாலன்ஸ் தவறினால் கோபம், எரிச்சல் ஏற்படும். கபத்தின் பாலன்ஸ் தவறினால் சோம்பல் உண்டாகும்.

குறிப்பாக, இதில் வாதத்தின் இயல்பு மாறாமல் இருப்பது அவசியம். மாதவிடாய் இனிமையான ஒரு சுத்தம் செய்யும் நிகழ்ச்சியாக மட்டும் அமைய, வாதத்தின் ஒத்துழைப்பு அவசியம்.

இதற்கு குளிர்ச்சியான, ஜீரணம் ஆவதற்கு தாமதமாகும் கடினமான உணவுகளைத் தவிர்க்க வேண்டும். இந்தச் சமயத்தில் மலச்சிக்கலோ, ஜீரணக் கோளாறுகளோ ஏற்பட்டால் அவஸ்தைகள் அதிகமாகும். அதனால், இவற்றுக்கு காரணமான உணவுகளைத் தவிர்க்க வேண்டும். சீக்கிரமே ஜீரணமாகி விரைவாக பசியெடுக்க வைக்கிற உணவுகளையே சாப்பிட வேண்டும். தயிர், கிழங்கு வகைகளைத் தவிர்க்க வேண்டும். சமையலில் வெங்காயத்தை அதிகம் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

பழங்களில் வாழைப்பழம் நல்லது. (வாழைப்பூ கூட நல்லது. மாதவிடாய் சமயத்தில் அதிக உதிரப்போக்கு ஏற்படுவதைத் தடுக்க வாழைப்பூவைச் சமைத்து சாப்பிட வேண்டும்). ஆப்பிளை அப்படியே சாப்பிடுவதை விட ஜூஸாக சாப்பிடுவது சிறந்தது. மாம்பழங்கள் கூட ஓ.கே. தான். ஆனால், அளவாக சாப்பிட வேண்டும். மாதுளம் பழம், இனிப்பு திராட்சை ஆகியவற்றின் ஜூஸ் உணவு ஜீரணமாவதை இயல்பாக்கி ரத்தத்தை குளிரவைத்து, எரிச்சலையும், தாகத்தையும் தடுக்கின்றன. மாதுளை மற்றும் திராட்சையின் பொதுவான குணம் ரத்தப்போக்கைக் கட்டுப்படுத்துவது. அதிக உதிரப் போக்கால் அவதிப்படுகிறவர்கள் அவசியம் சாப்பிட வேண்டிய பழங்கள் இவை! பப்பாளி அதிக சூடு என்பதால் இந்த சமயத்தில் அதைத் தவிர்ப்பது நல்லது. உலர்ந்த திராட்சைகளை இரவு தண்ணீரில் ஊறவைத்து மறுநாள் காலை எடுத்து மென்று சாப்பிடுவது உடம்புக்கு நல்லது.

தானியங்களில் அரிசி அதிக உதிரப்போக்கைத் தடுக்கும் இயல்புடையது. பழுப்பு அரிசி சாதம் நல்லது. அரிசி கழுவிய தண்ணீரைக் குடித்தால் தாகம் அதிகம் எடுக்காமல் இருக்கும். பார்லி கஞ்சி குடிப்பதும் நல்லது.

மாதவிடாய் கோளாறுகளுக்கு குல்கந்து நல்ல மருந்து. இரவு படுக்கப்போகும் முன்னர் இரண்டு தேக்கரண்டி குல்கந்தை தண்ணீரிலோ, பாலிலோ கலந்து சாப்பிட்டால் மலச்சிக்கலையும் தவிர்க்கலாம். அதோடு, அதிக உதிரப்போக்கையும் இது குறைக்கிறது.

சில நறுமணப் பொருட்களும் இந்த சமயத்தில் கை கொடுக்கின்றன. கொத்தமல்லி தழை உடலைக் குளிரவைத்து, பித்தத்தைக் குறைக்கிறது. சுக்கு காபி, இஞ்சி டீ போன்றவை மாதவிடாயை ஒழுங்காக்கி உதிரப்போக்கை நார்மல் ஆக்குகின்றன. வெந்தயத்தை இரவில் தண்ணீரில் ஊறவைத்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டால் உணவு செரிமானத்தை அது வேகப்படுத்துகிறது. பூண்டு பல அற்புத குணங்கள் கொண்ட மருந்து என்றாலும் மாதவிடாய் காலங்களில் பெண்கள் இதைத் தவிர்ப்பது நல்லது.

இன்னொரு முக்கியமான பொருள், குங்குமப்பூ. பெண்களின் இனப்பெருக்கம் தொடர்பான எல்லா பிரச்னைகளுக்கும் தீர்வு தரும் அற்புத மருந்து. மாதவிடாய் சமயத்தில் உதிரப்போக்கை நார்மலாக்குகிறது. சிலருக்கு உதிரப்போக்கு ரொம்ப குறைவாக இருக்கும். அதையும் இயல்பாக்கும் குணம் இதற்கு உண்டு. மாதவிடாய் வருவதற்கு முன்னதாக ஏற்படும் சில பக்கவிளைவுகளையும் இது போக்குகிறது. மாதவிடாய் சிக்கல்களைத் தீர்ப்பது மட்டுமில்லாமல் பெண்களுக்கு குழந்தை பாக்கியத்தை வலுப்படுத்தும் குணமும் இதற்கு உண்டு. அதனால் மாதவிடாய் கோளாறுகள் இல்லாதவர்களும்கூட இதை சாப்பிடலாம்.

குங்குமப்பூ வாங்க வசதியில்லாதவர்களுக்கு இருக்கவே இருக்கிறது, மஞ்சள்! 'ஏழைகளின் குங்குமப்பூ' என்று பெயரிடப்பட்ட மகிமை மிக்க மருந்து இது. விலை மதிப்புமிக்க குங்குமப்பூ தரும் அதே பலன்களை மஞ்சளும் தரும். வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்று தோஷங்களையும் ஒரே சமயத்தில் பாலன்ஸ் செய்யும் குணம் மஞ்சளுக்குதான் உண்டு.

பொதுவாகவே உணவு உண்பதற்கு என்று சில விதிமுறைகள் இருக்கின்றன. அது பற்றி...

– அடுத்த இதழில்...



பிள்ளை பெத்தாள் லேகியம்!

பாட்டி வைத்தியம்

'மூலிகை மூதாட்டி' கல்யாணி சுவாமி

பிரசவம் பத்திப் பேசிட்டு 'பிள்ளை பெத்தாள் லேகியம்' பத்திச் சொல்லாம இருக்க முடியுமா? குழந்தை பெத்த உடம்புக்கு... குறிப்பா, இடுப்புப் பகுதிக்கு வலு சேர்த்து, பழையபடி தெம்பா மீண்டு வர, பிரசவ லேகியம் கொடுக்கவேண்டியது ரொம்பவும் அவசியம். அதை எப்படி தயார் பண்றதுனு சொல்றேன்...

நாட்டு மருந்துக் கடையில 'ஜாதி பத்திரி பிரசவ சாமான்'னு கேட்டா, 22 மருந்து பொருட்களை செட்டா கட்டிக் கொடுப்பாங்க. அதோட, 100 கிராம் தனியா, 50 கிராம் சீரகம், 50 கிராம் மிளகு சேர்த்து, வெறும் வாணலியில வறுத்து, அரைச்சு, சல்லடையில சலிச்சு எடுத்து, டப்பாவுல போட்டு வச்சுக்கணும். இந்த சேர்மானத்துலயும் மருந்தைச் சாப்பிடுற பக்குவத்துலயும்தான் இருக்குது விசேஷம்!

பிள்ளைப் பெத்த பதினோராவது நாள்லருந்தே இந்த மருந்தைக் கொடுக்க ஆரம்பிக்கலாம். காலையில வெறும் வயித்துலதான் சாப்பிடணும். அதுக்கப்புறம், ஒரு மணி நேரத்துக்குப் பிறகுதான் வேற பானமோ, உணவோ சாப்பிடணும். அப்பதான் மருந்துக்கு பலன்!

சரி... மருந்தை சாப்பிடற பக்குவம் என்னனு கேக்கறீங்களா?! தினமும் காலையில இந்த மருந்துப் பொடி ரெண்டு டீஸ்பூன் எடுத்து, அதுல ஒரு டேபிள்ஸ்பூன் இஞ்சிச்சாறு, தேவைக்கேற்ப கருப்பட்டித்தூள் (வெல்லம் கூடாது), ஒரு டீஸ்பூன் நெய் ஊத்தி கலந்தா... லேகியம் போல வரும். இதை ஒரு உருண்டை சாப்பிட்டுட்டு, வெத்தலை போடணும். இந்த லேகியத்தை குழந்தை பிறந்து நாப்பது நாள் வரை சாப்பிடலாம்.

நாப்பது நாளுக்கப்புறம் சாப்பிடவேண்டிய லேகியம் வேறொண்ணு இருக்கு! அதுக்கான செய்முறையைச் சொல்றேன்... சுக்கு - 40 கிராம், வால் மிளகு - 15 கிராம், அதிமதுரம் - 25 கிராம், மிளகு - 50 கிராம், சித்தரத்தை - 15 கிராம், கண்டதிப்பிலி - 50 கிராம், லவங்கம் -25 கிராம், கட்டிப் பெருங்காயம் - 25 கிராம், நெய் - 100 கிராம், வெல்லம் - 100 கிராம், ஜாதிக்காய் - 2, சீரகம் - 50 கிராம், ஓமம் - 25 கிராம், நல்லெண்ணெய் - 100 கிராம் வாங்கி வச்சுக்கோங்க.

இதுல நெய், நல்லெண்ணெய், வெல்லம் தவிர மத்த சாமான்களை வெறும் வாணலியில போட்டு, எண்ணெய் விடாம வறுக்கணும். பெருங்காயத்தை மட்டும் துளி நெய்யில பொரிச்சு எடுத்து, மொத்தமா வறுத்து வச்ச அத்தனை பொருட்களையும் மிக்ஸியில அரைச்சு, சல்லடையில போட்டு சலிச்சு எடுத்துக்குங்க. அப்புறம், வாணலியில



குழந்தை பெற்ற பச்சை உடம்புக்கு தெம்பு சேர்க்கும் இந்த லேகியங்கள், இடுப்புக்கு வலுவூட்டுபவை. பசியைத் தூண்டி, நன்றாக சாப்பிட வைப்பவை.

வெல்லம் போட்டு, கம்பிப் பதத்துக்குப் பாகு காய்ச்சி, அதுல மேற்கண்ட மருந்துப் பொடியை போட்டு நல்லெண்ணெயையும் விட்டு நல்லா கிளறணும். கொஞ்சம் இறுகி வந்ததும், நெய் சேர்த்துக் கிளறி, அல்வா பதத்துக்கு வந்ததும் அடுப்பை அணைச்சிடலாம். ரொம்ப இறுகிப் போயிடக் கூடாது. அப்புறம் ஆறினதும் பல்லை உடைக்கற அளவுக்கு கல்லுருண்டை மாதிரி ஆகிடக் கூடாதில்லையா?! அதான் சொல்றேன்! லேகியம் ஆறினதும் பாட்டில்ல போட்டு வையுங்க.

இந்த லேகிய வகை எல்லாமே நல்லா பசியைத் தூண்டும். சாப்பிட்ட உணவும் கனஜோரா ஜீரணமாகும். இடுப்புக்கும் வலு சேர்க்கும்! இதோட கூட, குழந்தை பெத்த முதல் மூணு மாசத்துக்கு அம்மாக்காரி மிளகு, சித்தரத்தை தட்டிப் போட்ட வெந்நீர் குடிக்கறது ரொம்ப நல்லது!

குழந்தைப் பிறந்த சில மாசத்துக்காவது காபி, டீ குடிக்கறதை தவிர்க்கணும். அது தாய்க்கு மட்டுமில்ல, சேய்க்கும் நல்லது. காபி, டீக்கு பதிலா, புழுங்கலரிசி கஞ்சி வெச்சுக் கொடுக்கலாம். புழுங்கலரிசி கஞ்சிக்கு வயித்துப் புண்ணை ஆத்துற சக்தி இருக்கு. பச்சை உடம்புக்காரிக்கு அதுதானே தேவை?! நல்ல தரமான ஆனைக்கொம்பன் (ஒரு வகை அரிசி) அரிசியா வாங்கி, அதோட கொஞ்சம் சுக்கு தட்டிப் போட்டு, குக்கர்ல குழைய வேக வச்சுக்கணும். அப்புறம் அவங்கவங்க ருசிக்கு தகுந்தாப்ல பால், சர்க்கரை சேர்த்தோ, உப்புப் போட்டோ கஞ்சியா குடிக்கக் கொடுக்கலாம். வயிறும் நிறையும். உடம்புக்கு சக்தியும் கொடுக்கும்.

உப்புக் கஞ்சிக்கு தொட்டுக்க ஒரு சூப்பர் சட்னி இருக்கு தெரியுமா?

பழுத்த ரெண்டு தக்காளி, ஒரு டேபிள்ஸ்பூன் கசகசா, ஊற வச்சு தோல் நீக்கின நாலு பாதாம் பருப்பு, தேவையான அளவு உப்பு எல்லாத்தையும் வதக்கி, அரைச்சு, கடுகு தாளிச்சு கொட்டினா... சட்னி ரெடி. இதோட சுவைக்கு மயங்கி, பிள்ளை பெத்தவளுக்குப் போட்டியா வீட்டுல உள்ள மத்தவங்களும் 'எனக்கு... உனக்கு'னு சாப்பிட வருவாங்க. அதனால எதுக்கும் கொஞ்சம் ஜாஸ்தியாவே பண்ணி வைங்க!

- இன்னும் சொல்றேன்...

உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம்
சென்னை - 600 113
அண்மை வெளியீடுகள்

	ரூ.பை.
உலகத் தமிழிலக்கிய வரலாறு கி.பி. 901 - கி.பி. 1300	100.00
தொல். பொருள். (அகம்-புறம்)-ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு	50.00
வேதாத்திரியத்தில் சமூகவியல் இறையியல் சிந்தனைகள்	130.00
உலகத் தமிழிலக்கிய வரலாறு கி.பி. 1851 - 2000	180.00
இதழாளர் பெரியார்	160.00
மகாவித்துவான் ரா. ராகவையங்கார்	30.00
தமிழக வானவியல் சிந்தனைகள்	35.00
தமிழியல் ஆய்வுச் சிந்தனைகள்-நாட்டுப்புறவியல்,கலை,பண்பாடு	90.00
தொல்காப்பியம்-எழுத்ததிகாரம் மூலமும் நச்சினார்க்கினியர் உரையும்	200.00
வாழிய செந்தமிழ்	140.00
பேராசிரியர் அ.மு.பரமசிவானந்தம்	40.00
தமிழக எல்லைப் போராட்டங்கள்	60.00
திருப்புகழ் ஒளிநெறி பகுதி - I	90.00
திருப்புகழ் ஒளிநெறி பகுதி - II	90.00
திருப்புகழ் ஒளிநெறி பகுதி - III	80.00
தொல்காப்பியம்-சொல்லதிகார மூலமும் சேனாவரையருரையும்	200.00
தொல்காப்பியம்-பொருளதிகார மூலமும் நச்சினார்க்கினியர் உரையும்	325.00
தொல்காப்பியம் - பொருளதிகார மூலமும் பேராசிரியர் உரையும்	300.00
Economic Heritage of the Tamils	115.00
மலேசியத் தமிழரும் தமிழும்	100.00
மொழி, சமய, சமுதாயத் தளங்களில் பாவாணர் பங்களிப்பு	50.00
தமிழ்ப் புனைகதைகளில் உளவியல்	35.00
தமிழியல் ஆய்வுச் சிந்தனைகள் - தொல்லியல், வரலாறு, சமூகவியல்	100.00
கவிதையியல்	50.00
பண்பாட்டு நோக்கில் திருமுறைகள்	30.00
கதைப் பாடல்களில் கட்டுப்பாட்டு மீறல்கள்	95.00
Bibliography on Translations	175.00
சங்க இலக்கிய ஆய்வு தெ.பொ.மீயும் மேலை அறிஞரும்	60.00
திராவிட மொழி இலக்கியங்கள்	200.00
வா.கீ.ச. கலாநிதி கி.வா.ஜகந்நாதன்	60.00
நாசுதிராதிக்-ஞாலமுதன்மொழிஆய்வுகளுக்குப்பாவாணர் தரும் ஒளி	35.00
தமிழ்ச்சொற் பிறப்பாராய்ச்சி	45.00
மொழி பெயர்ப்பியல்	45.00
தமிழில் தத்துவ நூல்கள்	40.00
ஆறுமுக நாவலர்	60.00
சி.வை. தாமோதரம்பிள்ளை	40.00
சொல்லிலக்கணக் கோட்பாடு தொல்காப்பியம் - முதல் பகுதி	70.00
இசுலாமியச் சிற்றிலக்கியங்கள்	40.00
பாவாணர் கடவுள் நம்பிக்கையும் சமயச் சால்பும்	30.00

615 மகளிர் முன்னேற்றத்தில் "அவள் விகடன்" இதழின் பங்களிப்பு 35.00